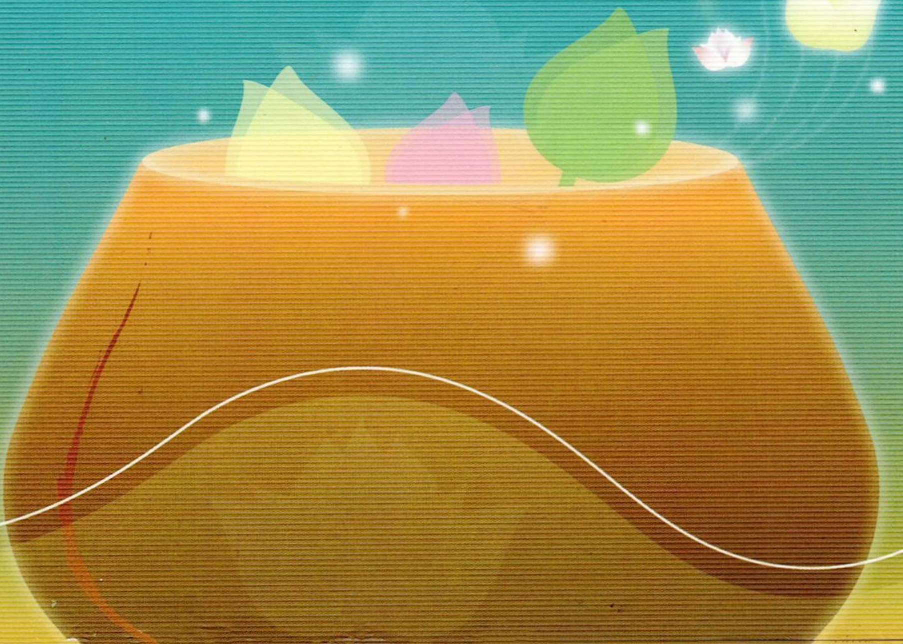
พิมพ์ครั้งที่ ๘๖

ฉลาดทำบุญ

รวมเรื่องน่ารู้
คู่มือทำบุญให้ถูกวิธี



ฉลาดทำบุญ รวมเรื่องน่ารู้คู่มือทำบุญให้ถูกวิธี



ฉลาดทำบุญ

ฉลาดทำบุญ

รวมเรื่องน่ารู้ คู่มือทำบุญให้ถูกวิธี

พระชาย วรธมฺโม

พระไพศาล วิสาโล

เรียบเรียง

โอภาส เชฏฐากุล บรรณาธิการ

เลขมาตรฐานสากลประจำหนังสือ ๙๗๔-๙๑๑๘๙-๑-x

พิมพ์ครั้งที่	๗๗	ธันวาคม	๒๕๕๑	จำนวนพิมพ์	๔,๖๐๐	เล่ม
พิมพ์ครั้งที่	๗๘	มีนาคม	๒๕๕๒	จำนวนพิมพ์	๓,๖๐๐	เล่ม
พิมพ์ครั้งที่	๗๙	กรกฎาคม	๒๕๕๒	จำนวนพิมพ์	๓,๖๐๐	เล่ม
พิมพ์ครั้งที่	๘๐	พฤศจิกายน	๒๕๕๒	จำนวนพิมพ์	๒,๖๐๐	เล่ม
พิมพ์ครั้งที่	๘๑	กุมภาพันธ์	๒๕๕๓	จำนวนพิมพ์	๓,๖๐๐	เล่ม
พิมพ์ครั้งที่	๘๒	พฤษภาคม	๒๕๕๓	จำนวนพิมพ์	๒,๖๐๐	เล่ม
พิมพ์ครั้งที่	๘๓	ธันวาคม	๒๕๕๓	จำนวนพิมพ์	๓,๐๐๐	เล่ม
พิมพ์ครั้งที่	๘๔	กันยายน	๒๕๕๔	จำนวนพิมพ์	๒,๖๐๐	เล่ม
พิมพ์ครั้งที่	๘๕	ธันวาคม	๒๕๕๔	จำนวนพิมพ์	๑,๐๐๐	เล่ม
พิมพ์ครั้งที่	๘๖	กุมภาพันธ์	๒๕๕๕	จำนวนพิมพ์	๒,๖๐๐	เล่ม

โดย

เครือข่ายพุทธิกา

ร่วมกับ

วัดสวนแก้ว

วัดป่าสุคะโต/วัดป่ามหาวัน จ.ชัยภูมิ

วัดทุ่งไผ่ จ.ชุมพร

เสถียรธรรมสถาน

กองทุนวุฒิธรรม

กลุ่มพุทธทาสศึกษา

ราคา ๖๐ บาท

พจนา เกียรติประไพ ภาพประกอบ

จัดจำหน่าย บริษัท เคล็ดไทย จำกัด โทรศัพท์ ๐-๒๒๒๕-๙๕๓๖-๙

พิมพ์ที่ โรงพิมพ์เม็ดทราย โทรศัพท์ ๐-๒๘๘๒-๕๔๙๒-๓

ฉลาดทำบุญ

รวมเรื่องน่ารู้ คู่มือทำบุญให้ถูกวิธี

พระชาย วรธมฺโม

พระไพศาล วิสาโล

เรียบเรียง

โอภาส เชฏฐากุล บรรณาธิการ

คำนำ

ท่านอาจารย์พุทธทาสกล่าวว่า *"คนไทยชอบทำบุญ แต่ไม่ชอบทำกุศล"* กุศลในที่นี้ท่านหมายถึงความฉลาด คนเราต้องเรียนรู้ทุกวันจากทุกเรื่องให้ฉลาดขึ้น ฉลาดคือเข้าใจว่าอะไรเป็นอะไร และเห็นแก่ตัวน้อยลง ถ้าเห็นแก่ตัวมากขึ้นแปลว่าโง่ลง ความเป็นมนุษย์หมายถึงการมีจิตใจสูง ซึ่งเป็นจุดที่ต่างจากสัตว์ สัตว์ไม่มีบุญมีบาป มีแต่ทำไปตามธรรมชาติ บุญบาปจึงเป็นเรื่องของมนุษย์เท่านั้น บุญหรือปุญญะคือความดี ความดีเป็นคุณสมบัติของความเป็นมนุษย์ อีกคำหนึ่งที่หมายถึงความดีก็คือว่าจิตวิญญาณ มนุษย์ขาดความดีหรือจิตวิญญาณไม่ได้ มิฉะนั้นจะขาดความสมบูรณ์ในตัวเอง ทุกวันนี้มนุษย์เป็นโรคพร่องทางจิตวิญญาณ (spiritual deficiency) ทำให้ขาดความสุขที่แท้ เมื่อพร่องก็ไปหาอะไรมาเติม เช่น ยาเสพติด ความฟุ่มเฟือย และความรุนแรง ซึ่งไม่ตรงกับโรค ปัญหายาเสพติด ความฟุ่มเฟือย และความรุนแรงจะแก้ไขไม่ได้ตราบใดที่มนุษย์ยังเป็นโรคพร่องทางจิตวิญญาณอยู่ การเติมจิตวิญญาณให้เกิดความสมบูรณ์ในตัวเองจึงมีความสำคัญยิ่ง

"ฉลาดทำบุญ" เล่มนี้เป็นคู่มือเพื่อการเติมเต็มทางจิตวิญญาณหรือความดี ถ้าไม่ฉลาด ที่คิดว่าทำบุญกลับกลายเป็นทำบาป เช่น เอาน้ำขวดใส่บาตรพระ เป็นการเบียดเบียนทำให้ท่านต้องถือของหนักกลับวัด ทั้ง ๆ ที่ที่วัดก็มีน้ำอยู่แล้ว แต่ผู้ที่เอาน้ำขวดใส่บาตรเพราะความโง่ที่คิดว่าตัวเองจะได้มีน้ำกินในชาติหน้า การทำเพื่อตัวเองจะได้อะไรเป็นกิเลส การทำบุญนั้นเพื่อลดกิเลส

ที่ว่า ฉลาด นี้คือรู้ว่าบุญคืออะไร ทำกับใคร และทำด้วยอะไร

บุญ โดยความหมายที่ครอบคลุมหมายถึง การให้ การไม่เบียดเบียน และการพัฒนาจิตให้ยิ่ง หรือ ทาน ศีล ภาวนา ทั้งหมดเพื่อลดความเห็นแก่ตัว

ทาน หมายถึงการให้ทั้งปวง เรามักแยกกันว่าให้พระหมายถึงทำบุญ ให้คนอื่นหมายถึงทำทาน แท้ที่จริงทานหมายถึงการให้ทั้งปวง และบุญหมายถึงความดีทั้งปวง คือ ทาน ศีล ภาวนา

ให้ด้วยอะไร ให้ด้วยกาย วาจา ใจ และวัตถุสิ่งของอันไม่เป็นโทษ การคิดเพื่อผู้อื่น เช่นว่า “ฉันจะทำอะไรให้ผู้อื่นได้บ้าง” ถือว่าเป็นปัญญาและบุญอย่างยิ่ง พูดเพื่อยังประโยชน์แก่ผู้อื่น กระทำเพื่อประโยชน์ของผู้อื่น และให้วัตถุสิ่งของอันไม่เป็นโทษ ถือเป็นทานทั้งสิ้น

“ฉลาดทำบุญ” ว่าด้วยสิ่งเหล่านี้ จึงเหมือนเป็นแผนที่เดินทางไปสู่บุญ การที่ท่านพระชาย วรธมฺโม และคณะทำงานอันประกอบด้วยพระไพศาล วิสาโล คุณอรศรี งามวิทยาพงศ์ คุณโอภาส เชฏฐากุล คุณสุรเดช พรทวีทัศน์ และคุณธวัชชัย โตสิตระกูล มีอุตสาหะเรียบเรียงขึ้นจัดเป็นบุญกิริยาอย่างสูง ขอให้ผู้อ่านได้รับประโยชน์สมกุศลเจตนาของผู้รจนาและผู้จัดพิมพ์ เกิดทั้งบุญและกุศลไปพร้อมกัน ขออนุโมทนา

ประเวศ วะสี

๒ มิถุนายน ๒๕๔๔

สารบัญ

ตอนที่ ๓ ทำบุญ : เรื่องนี้มีคำตอบ

ภาคผนวก

“

ความเห็นที่ตรงถูกต้อง
เป็นลักษณะที่ตัดสินบุญกิริยาวัตถุทุกอย่าง
เมื่อจะทำบุญอย่างหนึ่งอย่างใดก็ตาม
บุญนั้นจะมีผลมาก
ก็เพราะความเห็นความเข้าใจถูกตรง

”

พุทธพจน์

ตอนที่ ๑
บุญที่แท้และสังฆทาน





บุญที่แท้

คนไทยหายใจเข้าออกเป็นบุญ นึกถึงการทำบุญอยู่เสมอ ขาดบุญไม่ได้ แต่มักไม่เข้าใจความหมายของ "บุญ" อย่างเช่นเวลาพูดว่า "ทำบุญทำทาน" เรามักเข้าใจว่า ทำบุญ คือ ถวายข้าวของแก่พระสงฆ์ ส่วนทำทาน คือ ให้ข้าวของแก่คนยากคนจน และยังเข้าใจจำกัดแต่เพียงว่าต้องทำกับพระสงฆ์เท่านั้นจึงจะเป็นบุญ

บุญ แปลว่า เครื่องชำระจิตใจให้บริสุทธิ์สะอาด หรือคุณสมบัติที่ทำให้บริสุทธิ์ คำว่า "ทาน" แปลว่า การให้ การสละ การเผื่อแผ่แบ่งปัน จะมอบของให้ใคร หรือจะถวายของให้ใครก็เป็นบุญทั้งนั้น จะต่างกันก็เพียงว่าได้บุญมากบุญน้อยเท่านั้นเอง

ฉะนั้นเวลาพูดว่า ไปทำบุญทำทาน จึงหมายความว่าไปชำระจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์ด้วยการแบ่งปันสิ่งของ (ทานมัย) ซึ่งเป็นการแบ่งปันให้ใครก็ได้ และการทำบุญก็ไม่ได้มีความหมายแคบ ๆ แต่เพียงแค่การให้ทานบริจาคสิ่งของแต่เพียงอย่างเดียวเท่านั้น



□ ทำบุญอย่างมีความหมาย

บุญ มาจากศัพท์ภาษาบาลีว่า "ปุญญะ" แปลว่า เครื่องชำระจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์ บุญเป็นเครื่องจำกัดสิ่งเศร้าหมองที่เรียกว่า กิเลส ดังนั้นการทำบุญจึงเป็นการช่วยลดละเลิกความโลภ ความเห็นแก่ตัว ความมีใจคับแคบ ความตระหนี่ถี่เหนียว ความหวงแหนยึดติดลุ่มหลงในวัตถุสิ่งของ อันเป็นสาเหตุหนึ่งของความทุกข์ให้ออกไปจากใจ ทำให้ใจเป็นอิสระ พร้อมจะก้าวต่อไปในคุณความดีอย่างอื่นหรือเปิดช่องให้นำเอาคุณสมบัติอันดีงามอื่น ๆ มาใส่เพิ่มเติมแก่ชีวิต เป็นการยกระดับจิตใจให้สูงขึ้น

ขณะเดียวกันบุญก็เป็นสิ่งที่ทำให้เกิดภาวะน่าบูชา คนที่ทำบุญมักเป็นคนน่าบูชา เพราะเป็นบุคคลผู้มีคุณธรรม มีความดี บุญทำให้เกิดภาวะน่าบูชาแก่ผู้ที่ทำบุญสม่ำเสมอและเมื่อได้ทำบุญแล้ว จิตใจก็อิ่มเอิบเป็นสุขที่ประณีตลึกซึ้งขึ้นไป เป็นความสุขที่ยั่งยืนยาวนานและเป็นความสุขที่สงบประณีต



หลวงพ่อพุทธทาสพูดถึงวิธีทำบุญ ๓ แบบ ว่า เปรียบเหมือนกับบุคคล ๓ ประเภท เอาน้ำ ๓ ชนิดมาอาบชำระล้างตัว คือ

๑) บุคคลทำบุญเหมือนเอาน้ำโคลนมาอาบ คือคนที่ทำบุญด้วยการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต เบียดเบียนสัตว์ ฆ่าวัว ฆ่าควาย ฆ่าเป็ด ฆ่าไก่ และเอาเนื้อสัตว์เหล่านั้นมาจัดงานบุญเลี้ยงกัน รวมทั้งมีเลี้ยงสุรายาเมาด้วย จนบางครั้งเกิดการทะเลาะวิวาททำร้ายกัน เหล่านี้เป็นการทำบุญด้วยการทำบาป เหมือนกับเอาน้ำโคลนมาชำระตัว จะสะอาดได้อย่างไร



๒) *บุคคลทำบุญเหมือนเอาน้ำเจือด้วยแป้งหอมมาอาบ* คือคนที่ทำบุญด้วยอุปาทาน ยึดมั่นถือมั่นในบุญเป็นอย่างมาก เมาสวรรค์ เมาวิมาน เป็นการทำบุญด้วยกิเลสหรือความยึดติดอย่างรุนแรง ทำแล้วหวังผลเช่นนั้นเช่นนี้ เหมือนเอาน้ำที่เป็นเครื่องหอมมาอาบชำระกาย จะสะอาดได้อย่างไร

๓) *บุคคลทำบุญเหมือนเอาน้ำสะอาดมาอาบ* คือคนที่ทำบุญด้วยใจสงบร่มเย็น ไม่ได้ยึดมั่นถือมั่นสิ่งนั้นว่าเป็นตัวเราของเรา (อาจจะมีบ้างเหมือนกันแต่ไม่ได้เป็นเหตุจริงจังให้จิตฟุ้งซ่าน หวั่นไหว หรือยึดติดเป็นอุปาทาน) เหมือนคนเอาน้ำสะอาดมาอาบย่อมสะอาดกว่าบุคคล ๒ ประเภทแรก

เราทำบุญแล้วเป็นแบบไหน หรือจะเป็นแบบไหน ต้องเลือกพิจารณาดูให้ดี ๆ



บุญคือการสร้างสรรค์ชุมชน

มีเรื่องเล่าในอรรถกถา ซึ่งเป็นคัมภีร์สำคัญรองลงมาจากพระไตรปิฎกว่า ที่หมู่บ้านเล็ก ๆ แห่งหนึ่ง ขณะที่ชาวบ้านกำลังร่วมกันทำงานในชุมชนอย่างขะมักเขม้น มฆมาณพซึ่งช่วยงานอยู่แถวนั้นได้ทำความสะอาดที่พักเพื่อเตรียมตัวจะพักกลางวันจนสะอาดเรียบร้อยน่าพักผ่อน แต่เมื่อมีคนเห็นว่าจุดที่มฆมาณพทำความสะอาดเป็นสถานที่น่าพักผ่อนก็เข้ามาใช้ มฆมาณพต้องออกไปแต่ไม่โกรธ จากนั้นมฆมาณพก็ไปชำระทำความสะอาดที่จุดอื่นต่อแล้วถูกคนอื่นแย่งเอาที่ไปอีก ก็ไม่โกรธ คงย้ายที่ไปเรื่อย ๆ เช่นนี้ พร้อมกับคิดว่าคนเหล่านี้ได้รับความสุขก็ดีแล้ว เขามีความสุขจากที่ของเราจากการกระทำของเรา การกระทำของเราเป็นการกระทำที่เป็นบุญ บุญนี้จึงให้ความสุขแก่เราด้วย

วันต่อมา มฆมาณพจึงมาจัดแต่งพื้นที่กลางหมู่บ้านให้เป็นลานสะอาดน่ารื่นรมย์ ให้ทุกคนที่ทำงานได้อาศัยใช้พักผ่อนพร้อมทั้งจัดหาน้ำบำบัดความกระหาย จากนั้นได้ไปพัฒนาถนนเข้าหมู่บ้าน ปรับทางให้สะดวกแก่ยานพาหนะ อีกทั้งยังสร้างศาลาขึ้นที่สี่แยก เป็นต้น

มฆมาณพทำงานมากมาย เป็นเหตุให้กลับบ้านค่ำมืด เพื่อนบ้านถามว่าไปทำอะไรมา ก็ตอบว่า *"ไปทำบุญชำระทางสวรรค์"* ต่อมามีชายหนุ่มในหมู่บ้านเห็นด้วยกับวิธีการทำบุญแบบนี้ ก็มาช่วยมฆมาณพมากมายรวมเป็นกลุ่มถึง ๓๓ คน

ตัวมฆมาณพเองต่อมาก็กลายเป็นหัวหน้ากลุ่มทำบุญด้วยการสร้างสรรค์ชุมชน ก็ได้รับความเชื่อถือจากชาวบ้านเป็นอย่างดี เขาจึงชักชวนชาวบ้านให้มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แบ่งปันกันและกัน และร่วมกันละเว้นจากอบายมุข สุรายาเมา สิ่งเสพติดและการพนัน จนชาวบ้านหันมาถือศีลกันทั่วหน้า

ยังไม่หมดแค่นั้น ชาวบ้านในหมู่บ้านนี้ยังรวมตัวกันพัฒนา ปรับปรุงถนนหนทาง สร้างศาลาที่พักตามทาง ขุดบ่อน้ำ สร้างสะพาน ปลูกไม้พุ่มไม้กอ ไม้ดอกไม้ประดับต่าง ๆ จนเกิดความสวยงาม

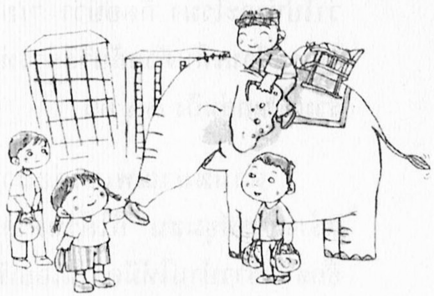
มฆมาณพและเพื่อน ๆ ผู้เป็นนักทำบุญทั้งหลายได้ทำบุญด้วยการสร้างสรรค์ชุมชนเช่นนี้ เมื่อสิ้นชีวิตไปแล้วได้ไปเกิดในสวรรค์ ตัวมฆมาณพผู้เป็นหัวหน้านักทำบุญไปเกิดเป็นท้าวสักกะ คือพระอินทร์ในกาลต่อมา

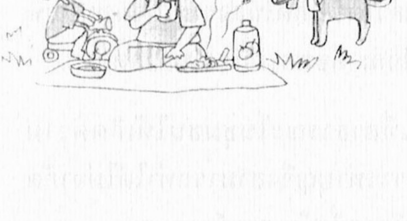
แม้แต่การช่วยกันบริการสถานที่สาธารณะในชุมชนให้เกิดความสะอาด สะดวก สบาย ก็ยังเป็นบุญ การทำบุญจึงสามารถทำได้ไม่จำกัดสถานที่ ไม่จำกัดกาล และยังมีรูปแบบวิธีการที่สร้างสรรค์มากมาย

□ บุญ ๑๐ วิธี

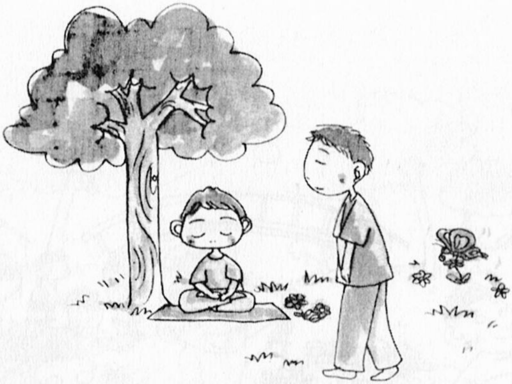
ตามหลักพุทธศาสนา มีการทำบุญด้วยกัน ๑๐ วิธี เรียกว่า บุญกิริยาวัตถุ ๑๐ (สิ่งอันเป็นที่ตั้งแห่งการทำบุญ ๑๐ ประการ) คือ

๑. *ให้ทาน* แบ่งปันผู้อื่นด้วยสิ่งของ ไม่ว่าจะให้ใครก็เป็นบุญ (ทานมัย) การให้ทานเป็นการช่วยขัดเกลาความเห็นแก่ตัว ความคับแคบ ความตระหนี่ถี่เหนียว และความติดยึดในวัตถุ นอกจากนี้สิ่งของที่เราแบ่งปันออกไปก็จะเป็นประโยชน์กับบุคคลหรือชุมชนโดยส่วนรวม





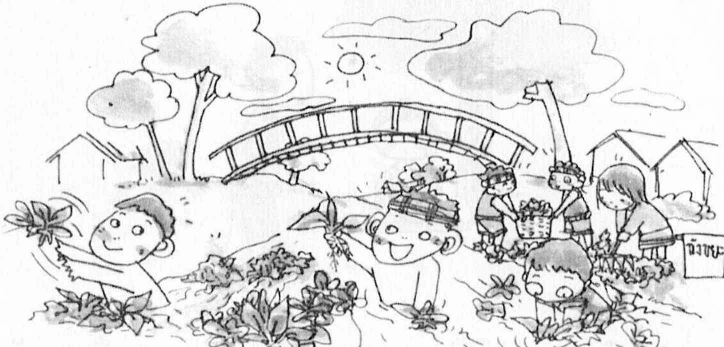
๒. *รักษาศีล* ก็เป็นบุญ (ศีลมัย) เป็นการฝึกฝนที่จะ ลด ละ เลิก ความชั่ว ไม่ไปเบียดเบียนใคร มุ่งที่จะทำความดี เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ผู้อื่น เป็นการหล่อเลี้ยงบ่มเพาะให้เกิดความดีงามและพัฒนาคุณภาพชีวิตไม่ให้ตกต่ำ



๓. *เจริญภาวนา* ก็เป็นบุญ (ภาวนามัย) การภาวนาเป็นการพัฒนาจิตใจและปัญญา ทำให้จิตสงบ ไม่มีกิเลส ไม่มีเรื่องเศร้าหมอง เห็นคุณค่าสิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริง ผู้ที่ภาวนาอยู่เสมอย่อมเป็นหลักประกันว่า จิตจะมีความสงบ ชีวิตมีความสุข คุณภาพชีวิตดีขึ้น สูงขึ้น



๔. *อ่อนน้อมถ่อมตน* ผู้น้อยอ่อนน้อมถ่อมตนต่อผู้ใหญ่ ผู้ใหญ่ก็แสดงออกในความมีเมตตาต่อผู้น้อย และต่างก็อ่อนน้อมต่อผู้มีคุณธรรม รวมถึงการให้เกียรติ ให้ความเคารพในความแตกต่างซึ่งกันและกันทั้งในความคิด ความเชื่อและวิถีปฏิบัติของบุคคลและสังคมอื่น เป็นการลดความยึดมั่นถือมั่นในความเป็นตัวตน ก็เป็นบุญ (อปจายนมัย)



๕. ช่วยเหลือสังคมรอบข้าง ช่วยเหลือสละแรงกาย เพื่องานส่วนรวม หรือช่วยงานเพื่อนบ้านที่ต้องการความช่วยเหลือ ก็เป็นบุญ (ไวยาวัจจมัย)



๖. เปิดโอกาสให้คนอื่นมาร่วมทำบุญกับเรา หรือในการทำงานก็เปิดโอกาสให้คนอื่นมีส่วนร่วมทำ ร่วมแสดงความคิดเห็น รวมไปถึงการอุทิศส่วนบุญให้แก่ผู้ที่ล่วงลับไปแล้วด้วย ก็เป็นบุญ (ปัตติทานมัย)

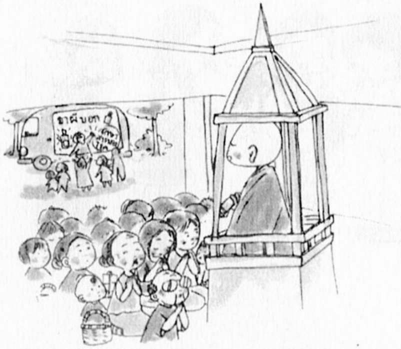


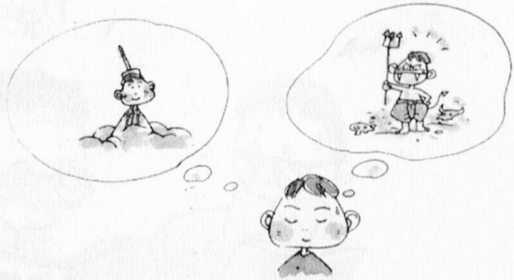
๗. ยอมรับและยินดีในการทำความดี หรือทำบุญของผู้อื่น การชื่นชมยินดีหรืออนุโมทนา ไม่อิจฉาหรือระแวงสงสัยในการกระทำความดีของผู้อื่น ก็เป็นบุญ (ปัตตานุโมทนามัย)



๘. ฟังธรรม บ่มเพาะสติปัญญาให้สว่างไสว ฟังธรรมะ ฟังเรื่องที่ดีมีประโยชน์ต่อสติปัญญา หรือมีประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตที่ดี เป็นความจริง ความดี ความงาม ก็เป็นบุญ (ธรรมสวนมัย)

๙. แสดงธรรม ให้ธรรมะและข้อคิดที่ดีกับผู้อื่น แสดงธรรม นำธรรมะไปบอกกล่าว เผื่อแผ่ให้คนอื่นได้รับฟัง ให้เขาได้รู้จักวิธีการดำเนินชีวิตที่ดี เป็นเรื่องของความจริง ความดี ความงาม ก็เป็นบุญ (ธรรมเทศนามัย)





๑๐. ทำความเห็นให้ถูกต้องและเหมาะสม มีการปรับทิฏฐิ แก้ไข ปรับปรุงพัฒนาความคิดเห็น ความเข้าใจให้ถูกต้องตามธรรม ให้เป็นสัมมาทัศนะอยู่เสมอ เป็นการพัฒนาปัญญาอย่างสำคัญ ถือเป็นบุญด้วยเช่นกัน (ทิฏฐุชุกรรม)

ทิฏฐุชุกรรมหรือสัมมาทัศนะ เป็นสิ่งที่ขาดไม่ได้ในการทำบุญทุกชนิดและทุกโอกาส จะต้องประกบและประกอบเข้ากับบุญกิริยาวัตถุข้ออื่นทุกข้อ เพื่อให้งานบุญข้อนั้น ๆ เป็นไปอย่างถูกต้องตามความหมายและความมุ่งหมาย พร้อมทั้งได้ผลถูกทาง

การทำบุญ ๑๐ ประการนี้ สามารถสรุปเป็นข้อความคล้องจองกันว่า

๑) แบ่งปันกันกิน
๒) รักษาศีล คือ กาย วาจา
๓) เจริญสมาธิภาวนา
๔) กาย-วาจา-ใจอ่อนน้อม
๕) ยอมตนรับใช้
๖) แบ่งให้ความดี
๗) มีใจอนุโมทนา
๘) ใฝ่หาฟังธรรม
๙) นำแสดงออกไม่ได้เว้น
๑๐) ทำความเห็นให้ถูกต้อง



☐ บุญและความมุ่งหมายแห่งบุญ ๓ ระดับ

๑. เราทำบุญก็เพื่อประโยชน์สุขปัจจุบัน (ทิฏฐธัมมิกัตถะ) คือ เพื่อให้เกิดโภคทรัพย์ ความอยู่ดีมีสุข และคำชื่นชมสนองตอบกลับมา นั่นคือ คุณภาพชีวิตที่ดี เศรษฐกิจที่ดี และการยอมรับที่ดีจากสังคมรอบข้างที่เราอยู่ ที่สุดก็เพื่อให้คนเรารู้จักเห็นอกเห็นใจกัน ช่วยเหลือกันฉันพี่น้อง คนที่เดือดร้อนก็ได้รับการดูแลเอาใจใส่ ไม่ถูกทอดทิ้ง มีชีวิตอยู่ร่วมกันเป็นสังคมที่มีความสุข เพราะคนเราในโลกต้องเรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกันด้วยความเอื้ออาทรต่อกัน จะอยู่แบบตัวใครตัวมันไม่ได้



๒. เราทำบุญเพื่อประโยชน์สุขที่สูงขึ้น (สัมปรายิกัตถะ) นั่นคือในระดับจิตที่สูงขึ้นไป เพื่อเราจะได้เรียนรู้ที่จะพัฒนาตัวเองให้เจริญเติบโตขึ้นมาเป็นบุคคลที่มีศีลธรรม มีคุณธรรม มีจิตใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีความอบอุ่นซาบซึ้งสุขใจด้วยศรัทธา ภาคภูมิใจ อิ่มใจ แกล้วกล้ามั่นใจในชีวิตที่ได้ทำบุญ โดยกินความรวมถึงจุดหมายต่อมาเมื่อละโลกนี้ไปแล้วด้วย

๓. เราทำบุญเพื่อประโยชน์อย่างยิ่ง (ปรมัตถะ) คือ ประโยชน์ที่เป็นสาระแท้จริงของชีวิต ได้แก่ การรู้แจ้งสภาวะของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง รู้เท่าทันคติธรรมดาของโลกของสังขารธรรม ไม่ตกเป็นทาสของโลกและชีวิต มีจิตเป็นอิสระปลอดโปร่งผ่องใส ไม่หวั่นไหวไปกับความผันผวนปรวนแปรของชีวิต หรือการพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รักในชีวิต ไม่ถูกบีบคั้นโดยความยึดมั่นของตนเอง เย็นสว่างไสวโดยสมบูรณ์

ความมุ่งหมายของบุญทั้ง ๓ ระดับนี้ เราจะเห็นได้จากพิธีกรรมทางพุทธศาสนาที่มุ่งประโยชน์ทั้ง ๔ ด้าน ได้แก่ *ด้านวัตถุ* หรือความเป็นอยู่ *ด้านสังคม* ซึ่งรวมถึงความสัมพันธ์และความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่เกื้อกูลกัน *ด้านจิตใจ* และ*ด้านปัญญา* ทั้งหมดนี้ล้วนมีคุณค่าต่อคุณภาพชีวิตและสังคมอันไม่อาจขาดด้านใดด้านหนึ่งไปได้ พูดง่าย ๆ คือพิธีกรรมทางพุทธศาสนามุ่งให้เกิดประโยชน์ครบถ้วนอย่างเป็นองค์รวมตามความมุ่งหมาย

ประโยชน์ทั้ง ๔ ด้านนี้เรายังเห็นได้จากประเพณีพิธีกรรมของชุมชน เช่น ลอยกระทง บุญบั้งไฟ กล่าวคือ ไม่เพียงแต่มีจุดมุ่งหมายอนุรักษ์ลำน้ำหรือเพื่อให้ฝนฟ้าตกต้องตามฤดูกาล อันเป็นเรื่องเกี่ยวกับชีวิตความเป็นอยู่โดยตรงเท่านั้น ยังเอื้อให้เกิดความสนิทสนมกลมเกลียวในชุมชนและมีกิจกรรมทางศาสนาเพื่อให้เกิดความมั่นใจในชีวิต รวมทั้งมีการปลูกฝังตอกย้ำทัศนคติที่เคารพธรรมชาติ และจิตสำนึกต่อชุมชน ซึ่งล้วนเป็นคติที่สำคัญในการดำเนินชีวิต

โดยสรุปแล้ว ปุถุชนคนเราทำบุญก็เพื่อ “ตัวเอง”
แต่คงดีกว่าถ้าเราทำบุญเพื่อ “พัฒนาจิต”
และคงดียิ่งขึ้นไปอีก ถ้าเราทำบุญเพื่อพัฒนา “สติปัญญา” ไปด้วย
และคงดีที่สุด ถ้าเราช่วยกันทำบุญทุกรูปแบบ (บุญกิริยาวัตถุ ๑๐)
เพื่อช่วยเหลือสังคมให้สงบสุข และดีไปด้วยพร้อม ๆ กัน



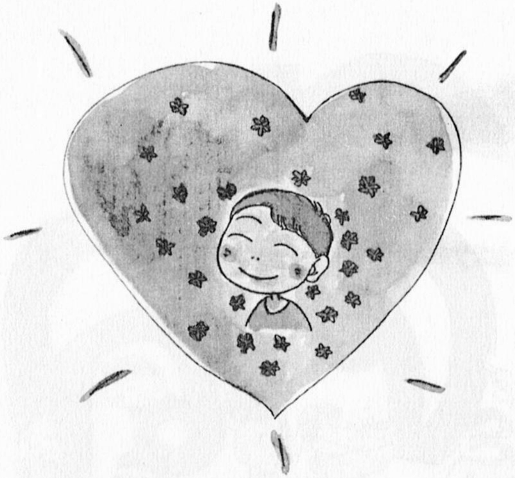
□ การตรวจสอบผลบุญ

การวัดว่าได้บุญมาก–บุญน้อย มีหลักเกณฑ์สำหรับวัดอยู่ ๓ ประการ คือ

๑. ปฏิคาหกคือผู้รับ เป็นผู้มีศีล มีคุณธรรม มีความดี เราก็ได้บุญมาก ทั้งนี้ไม่จำกัดว่าปฏิคาหกจะต้องเป็นพระสงฆ์เสมอไป อาจเป็นสามเณร แม่ชี หรือคฤหัสถ์ชาวบ้านก็ได้ แต่หากปฏิคาหกเป็นคนไม่มีศีล เราก็ได้บุญน้อย เพราะเขาอาจอาศัยผลจากของที่เราให้ไปทำสิ่งไม่ดี เช่น ได้อาหารไปกิน มีแรง ก็หันไปทำการร้ายได้อีก อย่างนี้เราก็ได้บุญน้อย เป็นต้น

๒. วัตถุสิ่งของที่มอบให้ มีความบริสุทธิ์ ได้มาโดยสุจริต เป็นของดีมีประโยชน์ มีคุณค่า และมีความเหมาะสมกับผู้รับ เช่น ถวายจีวรแก่พระสงฆ์ ให้เสื้อผ้าแก่เด็ก ๆ เช่นนี้ย่อมได้บุญมาก

๓. ทายกคือผู้ให้ เป็นผู้มีศีล มีธรรม มีเจตนาที่เป็นบุญเป็นกุศล ตั้งใจดี ยิ่งถ้าเจตนานั้นประกอบด้วยปัญญาก็มีคุณสมบัติดีประกอบมากขึ้น ก็ยิ่งเป็นบุญมากขึ้น



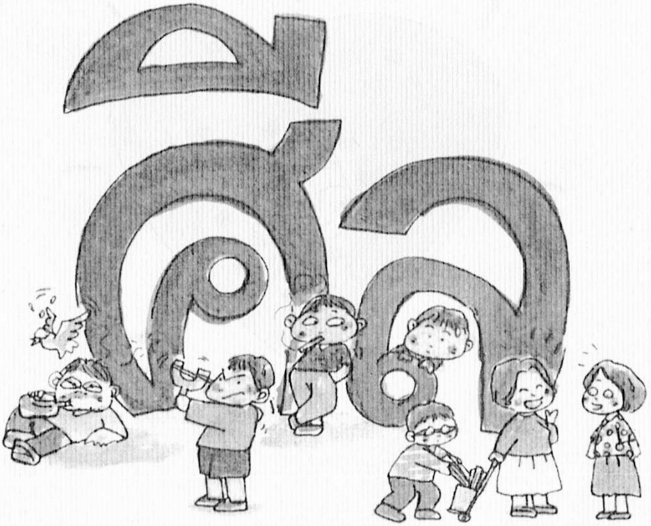
ยังมีวิธีตรวจสอบบุญที่สมบูรณ์อีกวิธีหนึ่ง โดยการตรวจสอบด้านจิตใจของผู้ให้ว่ามีเจตนาเป็นอย่างไรบ้าง คือ

๑. เจตนาก่อนให้ (บุพเจตนา) ตั้งแต่ตอนแรก เริ่มต้น ตั้งใจดี มีศรัทธา มีความเลื่อมใส จิตใจเบิกบาน ตั้งใจทำจริง มีศรัทธามาก

๒. เจตนาขณะให้ หรือขณะถวายของให้ ก็จริงใจจริงจัง ตั้งใจทำด้วยความเบิกบาน ผ่องใส มีปัญญา รู้เข้าใจ (มุญจนเจตนา)

๓. เมื่อมอบของไปแล้ว หรือถวายของให้แล้ว หลังจากนั้นระลึกขึ้นเมื่อใด **จิตใจก็อิ่มเอิบผ่องใสขึ้น** เกิดความภูมิใจในทานที่ให้ไปว่าเป็นประโยชน์ต่อผู้รับจริง ๆ ระลึกได้เมื่อใดก็ได้บุญเพิ่มขณะนั้นแล (อปราปรเจตนา)

ทั้งหมดนี้คือองค์ประกอบที่จะทำให้เราได้บุญมากหรือน้อย



ละบาปก่อนทำบุญ

เมื่อเราไปทำบุญที่วัดไม่ว่าจะเป็น ทอดกฐิน ทอดผ้าป่า ถวายสังฆทาน ถวายพระพุทธรูป หรือแม้แต่นิมนต์พระมาทำบุญที่บ้าน รวมทั้งงานพิธีกรรมต่าง ๆ ก็ต้องเริ่มต้นด้วยการสมาทานศีล ๕ เสียก่อนทุกครั้ง นั่นเป็นเครื่องหมายอย่างหนึ่งว่า จะทำบุญทั้งทีก็ต้องเริ่มต้นละบาปกันก่อน คือการเข้ามาอยู่ในศีลในธรรม เพื่อว่าการทำบุญนั้นจะได้เกิดอานิสงส์สูง

การสมาทานศีลก่อนทำบุญทุกครั้ง ก็เปรียบได้กับการเตือนสติคนทำบุญให้ระมัดระวังการทำชั่วทำบาป เมื่อตั้งใจทำบุญแล้วก็มิควรพลัดหลงกลับไปทำบาปเบียดเบียนใครอีก หรืออีกนัยหนึ่งคือละบาปก่อนทำบุญนั่นเอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งการฆ่าสัตว์ตัดชีวิตมาทำบุญ หรือหนทางใด ๆ ที่จะเป็นการเบียดเบียนผู้อื่น ทำความเดือดร้อนให้ผู้อื่น เพียงเพื่อจะนำเหตุปัจจัยเหล่านั้นไปทำบุญ ก็เป็นสิ่งที่ไม่เหมาะสมอย่างยิ่ง เพราะจะกลายเป็นการทำบุญที่ขาดทุนคือได้บาปมากกว่าได้บุญ

แม้แต่ โอวาทปาฏิโมกข์ ซึ่งเป็นคำสอนอันเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนาในการปฏิบัติตนไปสู่พระนิพพาน ส่วนที่รู้จักกันกว้างขวางมีใจความ ๓ ประการ ว่า

๑. การไม่ทำความชั่วทั้งปวง

๒. การบำเพ็ญแต่ความดี

๓. การทำจิตของตนให้ผ่องใส

คำสอนดังกล่าวนี้ยังต้องเริ่มต้นด้วยการละเลิกทำชั่วก่อนเช่นกัน หาไม่แล้วการทำบุญไปด้วยทำบาปไปด้วยก็คงไม่มีความหมายอะไรแก่ชีวิต


ศูนย์เด็กกำพร้า
ข้าวสาร
หนังสือ

สังฆทาน

□ สังฆทานคืออะไร

สังฆทาน คือการถวายสิ่งของแก่หมู่พระภิกษุสงฆ์ เป็นการถวายกลาง ๆ ไม่จำเพาะเจาะจงภิกษุรูปหนึ่งรูปใด เมื่อถวายให้แล้วก็ถือว่าพระภิกษุสงฆ์ทุกรูปมีสิทธิ์ใช้สอยสิ่งของเหล่านั้นตามสะดวก อาจจะมีเพียงตัวแทนสงฆ์เพียงรูปเดียวมารับประเคน ก็ถือว่าเป็นสังฆทานเหมือนกัน

มีทานอีกรูปแบบหนึ่งที่คล้าย ๆ สังฆทาน เป็นทานที่มีอาณาเขตกว้างขวางกว่า คือทานที่ให้แก่หมู่พวกที่ไม่เฉพาะกลุ่มบุคคลใดบุคคลหนึ่ง เรียก สาธารณทาน เป็นทานที่ไม่จำกัดเฉพาะในรั้ววัด เป็นการให้ที่ไม่มีขอบเขต สังฆทานเป็นส่วนหนึ่งของสาธารณทานเช่นนั้น

ส่วนการถวายทานที่ให้เฉพาะพระภิกษุสงฆ์รูปนั้นรูปนี้ เรียก ปาฏิปุคคลิกทาน มีอานิสงส์น้อยกว่าทาน ๒ ประเภทข้างต้น เพราะเป็นการจำกัดเฉพาะบุคคลว่าต้องเป็นคนนั้นคนนี้ การให้ทานแก่ส่วนรวมย่อมได้อานิสงส์มากกว่า

คราวที่พระนางปชาบดีโคตมี พระแม่น้าของพระพุทธเจ้าปั่นฝ้ายทอเป็นจีวร แล้วนำไปย้อมตั้งใจถวายแด่พระพุทธเจ้า แต่พระพุทธเจ้าไม่ทรงรับ ตรัสว่าให้ถวายแก่สงฆ์คือหมู่พระแทน พระนางเสียใจ แต่เมื่อทราบว่าถวายแก่สงฆ์มีผลมาก นางจึงคลายความเศร้าโศก

พระสงฆ์บางรูป แม่ชีบางท่าน ฆราวาสบางคน ทำงานให้กับชุมชนไม่รู้จักเหน็ดเหนื่อย ความคิดในทางสะสมเพื่อตัวเองไม่มี บางท่านก็เลี้ยงเด็กกำพร้า บางท่านทั้งเลี้ยงทั้งสอน เมื่อเราบริจาคทรัพย์ให้ท่าน ท่านก็ใช้ทรัพย์นั้นให้เป็นประโยชน์ไปกับกิจการช่วยเหลือสังคมที่ทำอยู่ ท่านเป็นเพียงคนกลางที่คอยแบ่งปันจากคนมั่งมีเพื่อแจกจ่ายแก่ผู้ขาดแคลน การทำบุญกับผู้ทำประโยชน์แก่ชุมชนนับเป็นสังฆทานที่ได้บุญไม่ใช่น้อยเพราะบุญได้แผ่ขยายกว้างออกไป ช่วยให้คุณภาพชีวิตของผู้ทุกข์ยากเหล่านั้นดีขึ้นและเป็นการช่วยสังคมไปด้วยในตัว

เดี๋ยวนี้เวลาพูดถึง "สังฆทาน" พวกเราจะนึกถึงถังสีเหลือง ๆ ภายในบรรจุข้าวของเครื่องใช้มากมาย จนล้นออกมาปากถัง แล้วมีพลาสติกใสหุ้มทับอีกที

แท้จริงแล้วของที่จะถวายหมู่พระสงฆ์โดยไม่เจาะจงที่เรียกว่าสังฆทานนั้น คืออะไรก็ได้ที่เหมาะกับชีวิตสมณะ ไม่จำเป็นต้องเป็นถังเหลือง ๆ ที่วางขายตามหน้าร้านสังฆภัณฑ์เสมอไป

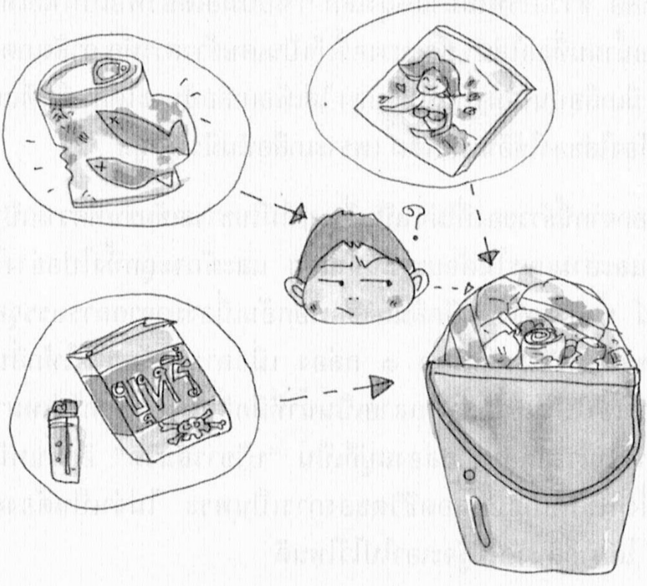
แต่สำหรับ "สังฆทานถังเหลือง" ที่ชาวพุทธนิยมซื้อไปถวายพระสงฆ์นั้น ท่านทราบหรือไม่ว่ามีบางสิ่งบางอย่างไม่ชอบมาพากลอยู่ในนั้น เรามาดูซิว่าในถังสังฆทานสีเหลือง ๆ หนึ่งใบ มีอะไรอยู่ข้างในนั้นบ้าง

"ถังเหลือง ๆ" ที่มีวางขายตามร้านสังฆภัณฑ์นั้น บางร้านจะยัดหนังสือพิมพ์หรือกระดาษแข็งเข้าไว้เต็มก้นถัง ส่วนที่เป็นสังฆทาน หรือข้าวของเครื่องใช้จริง ๆ จะถูกบรรจุไว้แถวขอบปากถังเพื่อให้ดูว่ามีของใช้มากมายจนล้นปากถัง แล้วเอาพลาสติกใสหุ้มอีกทีเพื่อไม่ให้ของล้นจนหก แท้จริงแล้วมีของใช้ไม่กี่อย่างเท่านั้นเอง

ข้าวของเครื่องใช้ที่บรรจุมักเป็นของคุณภาพต่ำ เช่น หางผงซักฟอก ธูปเทียนคุณภาพต่ำ แปรงสีฟันที่ขนแปรงแข็งโป๊ก ผ้าอาบน้ำฝนที่บางเบาจนน่าวิตกว่าพระนุ่งสรงน้ำเมื่อใดคงได้โป๊แต่ไม่เปลือยเมื่อนั้น หรือบางทีอาจเป็นผ้าอาบน้ำฝนสีเหลืองที่ใส่มาพอเป็นพิธีคือขนาดกว้างยาวไม่เกิน ๑ เมตร ที่นำมาใช้ประโยชน์ไม่ได้ น้ำปลาราคาถูกที่ดูออกว่าเป็นน้ำใส่สีละลายเกลือ ข้าวสารที่ใส่มาแค่ถุงเล็ก ๆ หยิบมือเดียวพอเป็นพิธีเหมือนกับผ้าอาบน้ำฝนที่ถูกใส่มา และบางครั้งก็เป็นเศษข้าวสารหัก ถ้าสังเกตดูดี ๆ บางถังจะมีเกลือป่นใส่มาให้เป็นสิบถุง ใส่เพื่อเกลือป่นจะได้กินพื้นที่เยอะ ๆ จะได้ไม่ต้องใส่ของใช้อื่นเพิ่มเติม เพราะเกลือป่นมีราคาถูก

นอกจากนี้ข้าวของที่ไม่จำเป็นอื่น ๆ ก็มีใบชารสเข้มข้นที่ความเป็นจริงแล้วพระและสามเณรไม่ค่อยชงฉันกันเลย และมักจะถูกทิ้งไปอย่างไม่ได้ประโยชน์ น้ำบรรจุขวดที่มีกลิ่นผงซักฟอกอันเนื่องมาจากการบรรจุอยู่ในถังที่อับพร้อมด้วยผงซักฟอก ๑ กล่อง เมื่ออากาศร้อนทำให้กลิ่นของผงซักฟอกเข้าไปในขวดน้ำ กลายเป็นน้ำที่มีกลิ่นผงซักฟอกไม่เหมาะแก่การบริโภคในเวลาต่อมา กล่องสบู่ก็เป็น "บริขารล้นวัด" อีกชิ้นหนึ่ง มีกล่องหนึ่งก็ใช้ได้เกือบตลอดชีวิตของการเป็นพระ ไม่จำเป็นต้องถวายบ่อยก็ได้ ได้มาก็ล้นวัดไม่รู้จะเอาไปไว้ไหนดี

ความไม่ชอบมาพากลของ **"สังฆทานถังเหลือง"** เกิดจากความที่เราไม่รู้ว่าจะซื้ออะไรไปถวายพระดี เลยต้องอาศัยเครื่องสังฆทานที่มีจำหน่ายตามร้านบรรจุให้สำเร็จรูป เพื่อจะได้ไม่ต้องเล่นเกมเดาใจพระ อีกทั้งการบรรจุถังก็ทำมาให้เรียบร้อยสวยงาม ซื้อปุ๊บก็ถือไปถวายปั๊บ เข้ากับยุคสมัยบริโภคนิยมพอดี ไม่ต้องเสียเวลาไปซื้อหามาประกอบให้ลำบาก


บุหรี่

แต่ความที่คนซื้อไม่ได้ใช้ คนใช้ไม่ได้ซื้อ ก็เลยเป็นช่องว่างที่เปิดโอกาสทองให้กับร้านค้าเอารัดเอาเปรียบผู้บริโภคโดยอัตโนมัติ คนซื้อไม่มีทางรู้หรอกว่า “สังฆทานถังเหลือง” ที่ซื้อไปถวายพระ ข้างในมีของที่จำเป็นสำหรับพระจริง ๆ สักกี่อย่าง มีของที่มีคุณภาพมากแค่ไหน หรือมีจำนวนสิ่งของที่คุ้มกับราคาที่ร้านค้าตั้งไว้หรือไม่

ส่วนพระสงฆ์นั้นเล่า เมื่อรับประเคนสังฆทานเสร็จ โยมลากลับ เปิดถังออกดูเจอแต่สิ่งของที่ใช้ได้เพียงไม่กี่ชิ้น ซ้ำของบางอย่างก็ไม่มีคุณภาพดีพอ บ่อยครั้งที่พระท่านต้องจ่ายปัจจัยไปซื้อหามาใช้เองหรือบางครั้งก็มีแต่ม้วนกระดาษชำระใส่มาเต็มใต้ถัง หรือมีแต่เกลือถุงเล็ก ๆ หลายสิบถุง หรืออย่างที่หนังสือพิมพ์เคยลงข่าวว่ามีหนังสือโป๊ใส่มาในถังสังฆทานด้วย จะบอกให้โยมรับรู้แต่โยมก็กลับบ้านไปเสียแล้ว


แชมพู
เจริญภาวนา

□ ถวายสังฆทานอย่างไรให้ได้บุญ

ถึงเวลาต้องมาทบทวนการทำสังฆทานกันเสียที สังฆทานที่ดีไม่จำเป็นต้องมีของถวายมากมายขอเพียงเป็นของจำเป็นและมีคุณภาพเท่านี้ก็พอ และการเลือกซื้อของมาประกอบเป็นสังฆทานเองจะได้ของดีมีคุณภาพกว่าการไปซื้อ “ถังเหลือง ๆ” ตามร้านสังฆภัณฑ์

จัดสังฆทานให้ได้ประโยชน์

ข้าวของเครื่องใช้ที่ซื้อหามาจัดเป็นสังฆทานได้

สบู่ จัดเป็นเครื่องประทินผิว แต่พระก็ใช้ได้เพื่อทำความสะอาด และระงับกลิ่นกาย

ยาสีฟัน ชนิดผงหรือแบบหลอดก็ได้ ยาสีฟันสมุนไพรก็น่าสนใจ

แปรงสีฟัน เลือกชนิดขนแปรงอ่อน ๆ จะได้สบายเหงือก

ยาสระผม เอาไว้ใช้เวลาโกนศีรษะจะได้โกนได้ง่ายขึ้น

ใบมีดโกน เป็นของจำเป็นมาก เพื่อใช้โกนศีรษะ

ผงซักฟอก ใช้ซักจีวรเพื่อความสะอาด

เครื่องดื่มสมุนไพรพร้อมชง ขิงผง ชารางจืด มะตูม เดี๋ยวนี้ผลิตออกมาหลายประเภท หรือจะใส่เครื่องดื่มรสช็อกโกแลตก็ได้ อย่าลืมดูวันหมดอายุก่อนซื้อด้วย

ผ้าอาบน้ำฝน เลือกที่เนื้อหนา ๆ หรืออาจเลือกซื้อเป็นสบง (ผ้านุ่ง) หรือจะเป็นอังสะก็ได้ เพราะพระท่านมักจะมีผ้าอาบน้ำฝนอยู่มากแล้ว จะขาดแคลนก็คือสบง อังสะ ถ้าถวายให้สามเณรก็จัดเหมือนพระเช่นกัน

ถวายสังฆทานแม่ชี ก็เปลี่ยนจากผ้าเหลืองเป็นชุดแม่ชี ซึ่งหาซื้อได้จากวัดบวรนิเวศหรือที่สถาบันแม่ชีไทย หากหาซื้อไม่ได้ก็เปลี่ยนเป็นผ้าขาวเนื้อดีตามร้านขนาด ๒ - ๔ เมตรแทน จากนั้นแม่ชีท่านจะนำไปตัดเย็บเป็นเสื้อ ผ้าถุง ผ้าครอง ตามสมควร

หนังสือธรรมะ หนังสือเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม หนังสือเกี่ยวกับสุขภาพ หรือหนังสือความรู้ต่าง ๆ ที่คิดว่าพระสงฆ์ควรรับรู้เพื่อนำไปบอกกล่าวแก่ญาติโยมได้

ยาสมุนไพรต่าง ๆ รวมทั้งยาแผนปัจจุบัน

เครื่องเขียน สมุด ปากกา ดินสอ รวมทั้งซองจดหมาย แสตมป์

ไฟฉาย ถ่านไฟฉาย เป็นสิ่งจำเป็นมากสำหรับวัดชนบทและวัดป่า

จาน ชาม ช้อน ส้อม อาจสอบถามดูว่าวัดนั้น ๆ ต้องการจำนวนมากหรือไม่ จะได้จัดเป็นชุดใหญ่ถวายเป็นของสงฆ์เพื่อให้ชาวบ้านหยิบยืมได้ด้วยในงานบุญประเพณีต่าง ๆ รวมทั้งเครื่องมืองานช่าง เช่น ค้อน ตะปู ไขควง หรืองานเกษตร เช่น จอบ เสียม พลั่ว และอุปกรณ์งานทำความสะอาด เช่น ไม้กวาดอ่อน ไม้กวาดแข็ง ถังขยะ ที่ตักผง ฯลฯ เหล่านี้ก็สามารถจัดถวายเป็นสังฆทานได้เหมือนกัน

ของอื่น ๆ ที่มักนิยมใส่ก็มี ข้าวสาร หัวหอม กระเทียม น้ำมันพืช น้ำตาล เกลือ ที่จัดว่าเป็นของแห้งเก็บไว้ได้นาน ของเหล่านี้ถ้าพระท่านใช้ไม่ทัน ท่านก็มักจะเก็บรวบรวมนำไปบริจาคต่างจังหวัดอีกที นับเป็นวงจรบุญไม่มีที่สิ้นสุด

จัดเรียงข้าวของที่ซื้อมาลงในภาชนะซักผ้าที่ซื้อมาต่างหาก อาจจะเป็นถังหรือกะละมังก็ได้ แล้วนำไปถวายได้ทันที

ของที่ควรลดละเลิกในสังฆทาน

ข้าวของบางอย่างที่ควรหลีกเลี่ยงไม่นำมาประกอบเป็นสังฆทาน

บุหรี่ ยาเสพติด เครื่องดื่มชูกำลังทุกประเภท

ผลิตภัณฑ์อาหารที่บรรจุด้วยโฟม เพื่อหลีกเลี่ยงมลภาวะทางสิ่งแวดล้อม

อาหารกระป๋อง ผลไม้กระป๋อง เพราะเป็นอาหารที่มีสารกันบูด สารเคมี ไม่ส่งผลดีต่อสุขภาพ ใส่เป็นผลไม้สดจะดีกว่า ถ้าในวัดมีครัวอาจซื้อผักสดเข้าครัวก็ได้

ใบชา พระไม่ค่อยได้ชงฉัน ควรเปลี่ยนเป็นเครื่องดื่มสมุนไพรให้ประโยชน์กับสุขภาพมากกว่า

กล่องสบู่ ปรกติพระท่านมีอยู่แล้ว จึงไม่จำเป็นต้องซื้อถวายอีก

บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป อาหารบิณฑบาตในตอนเช้าเป็นอาหารสดและมีคุณค่ากว่าไม่ควรส่งเสริมให้ท่านฉันอาหารที่มีคุณค่าน้อย

น้ำอัดลม น้ำที่ผ่านการปรุงแต่งใส่สี

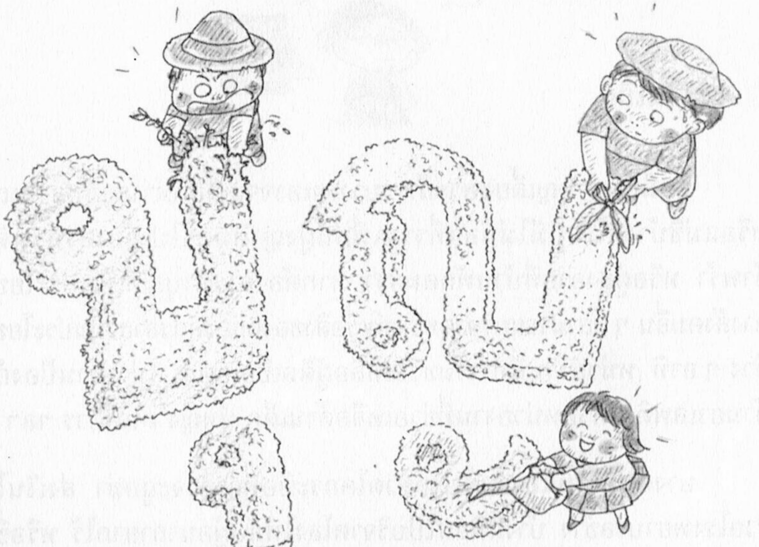
“

ชนเหล่าใด ปลูกสวน ปลูกป่า สร้างสะพาน
จัดที่บริการน้ำดื่ม และบึงบ่อสระน้ำ ให้ที่พักอาศัย
บุญของชนเหล่านั้นย่อมเจริญงอกงาม
ทั้งคืนทั้งวันตลอดทุกเวลา
ชนเหล่านั้นผู้ตั้งอยู่ในธรรม ถึงพร้อมด้วยศีล
เป็นผู้เดินทางสวรรค์

”

พุทธพจน์

ตอนที่ ๒
คิดใหม่ ทำใหม่ให้ได้บุญ



การทำบุญในวาระต่าง ๆ



□ งานวันเกิด

มักนิยมทำบุญเลี้ยงพระกัน บางคนอาจจะเลือกทำบุญกับสามเณรหรือแม่ชีบ้างก็ได้ มีไม่น้อยที่รวมเพื่อนฝูงญาติมิตรไปเลี้ยงอาหารเด็กกำพร้า หรือผู้สูงอายุที่บ้านพักคนชรา หากต้องการทำบุญที่เป็นประโยชน์ทางสังคมอื่น ๆ ก็สามารถบริจาคทรัพย์หรือสิ่งของแก่องค์กรสาธารณประโยชน์ต่าง ๆ อาทิ หน่วยงานที่ทำงานช่วยเหลือผู้ติดเชื้อเอดส์ หน่วยงานป้องกันด้านยาเสพติด หรือหน่วยงานที่ช่วยเหลือด้านเด็ก ผู้หญิง คนพิการ ฯลฯ

บางคนก็นิยมเอาเงินไปไถ่ชีวิตโคกระบือที่กำลังจะถูกฆ่า ส่งเงินไปช่วยโรงพยาบาลช้าง บ้างก็นิยมไปบริจาคโลงให้กับผู้อนาถายากไร้ หรือซื้อหนังสือบริจาคห้องสมุดก็เป็นบุญทางปัญญาอีกทางหนึ่ง การทำบุญที่มีอานิสงส์มาก และเหมาะกับยุคสมัยอีกประการหนึ่ง ได้แก่ การทำซีดีรอมบรรจุพระไตรปิฎกและอรรถกถา (คัมภีร์ชั้นรอง) แจกแก่วัด โรงเรียน และผู้สนใจ วิธีนี้นอกจากจะเป็นการส่งเสริมพระศาสนาแล้วยังไม่สิ้นเปลืองเงินเนื่องจากซีดีรอมราคาแผ่นละไม่ถึง ๑๐ บาท อีกทั้งยังทำซ้ำได้ไม่ยาก

ปัจจุบันมีพระไตรปิฎกฉบับซีดีรอมของหลายหน่วยงาน ที่ไม่สงวนลิขสิทธิ์ ผู้มีจิตศรัทธาสามารถนำไปทำซ้ำเพื่อแจกเผยแพร่ได้

การทำบุญที่น่าสนใจยังมีอีกมาก เช่น การสนับสนุนกำลังกายและกำลังทรัพย์เพื่อช่วยงานพระสงฆ์ที่ทำเรื่องการรักษาป่า อนุรักษ์สิ่งแวดล้อม พระสงฆ์ที่ช่วยเหลือดูแลผู้ป่วย สงเคราะห์ชาวบ้านที่ยากจน พระเหล่านี้มีอยู่มากมายในชนบท แต่ท่านทำงานอย่างเงียบ ๆ จึงไม่ค่อยได้รับความสนับสนุน นอกจากนั้นเรายังอาจทำบุญด้วยการสนับสนุนการศึกษาของพระเณรและแม่ชี วิธีทำบุญในงานวันเกิดแบบสร้างสรรค์ยังมีให้คิดได้อีกมาก



□ งานแต่งงาน

แน่นอนว่าในฐานะชาวพุทธ ก่อนหรือหลังพิธีสมรสก็ต้องนิมนต์พระมาเพื่อทำบุญอยู่แล้ว นอกจากนี้คู่สมรสยังสามารถจัดของชำร่วยให้เกิดบุญกุศลได้ด้วย ของชำร่วยในงานที่มักจะเป็นพวงกุญแจ ก็สามารถเปลี่ยนแปลงเป็นอย่างอื่นได้ เช่น เทปธรรมะ หนังสือธรรมะ หนังสือต่าง ๆ ที่คิดว่าเหมาะกับผู้รับและเข้ากับบรรยากาศของงานแต่ง จะเป็นวรรณกรรมเด็กก็น่าสนใจ เคยมีคู่บ่าวสาวคู่หนึ่งจัดพิมพ์หนังสือ “เจ้าชายน้อย” เป็นของชำร่วยแจกให้แขกเหรื่อในงาน นอกจากจะเป็นการปลูกนิสัยรักการอ่านให้กับผู้รับแล้ว วรรณกรรมเด็กบางเรื่องยังมีเนื้อหากินใจเหมาะกับบรรยากาศของงานอีกด้วย

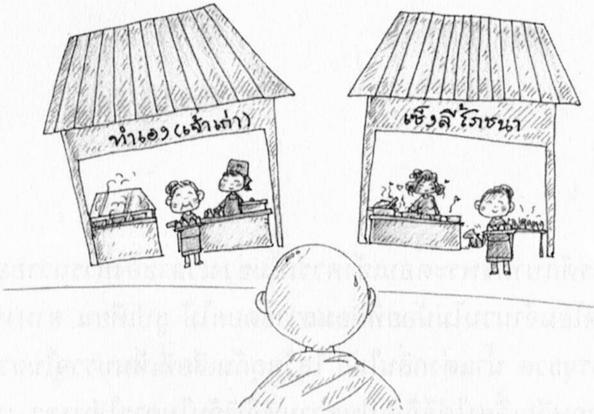
□ งานทำบุญบ้าน ขึ้นบ้านใหม่ เปิดสำนักงานใหม่

หากเราย้อนไปมองงานบุญของคนไทยรุ่นก่อน จะเห็นว่าพิธีกรรมต่าง ๆ มุ่งประโยชน์ให้เกิดทั้งทางด้านวัตถุให้มีความเป็นอยู่ดีขึ้น เกิดความสัมพันธ์กลมเกลียวกันในหมู่ญาติมิตรและชุมชน ทั้งมีความอิ่มเอิบทางจิตใจและได้ข้อคิด คุณธรรมให้เกิดปัญญา



แต่งานทำบุญบ้าน ขึ้นบ้านใหม่หรือเปิดสำนักงานใหม่ที่น่าจะเป็นโอกาสให้เกิดมิติทางสังคมดังกล่าวกลับมีน้อยลง เจ้าภาพมักเน้นเชิญแต่แวดวงธุรกิจที่ตัวเองรู้จัก ไม่ค่อยได้สนใจชุมชนบ้านใกล้เรือนเคียง งานบุญได้เปลี่ยนเป็นการใส่ซองที่สะดวกสบาย แต่ขาดมิติทางความสัมพันธ์แบบเก่า

งานทำบุญบ้านหรือทำบุญขึ้นสำนักงานใหม่ นอกจากนิมนต์พระมาเจริญพุทธมนต์เพื่อเป็นสิริมงคลแก่งานแล้ว หากจัดให้มีรายการเสวนาที่มีเนื้อหาสาระที่เหมาะสมกับงานก็จะเป็นข้อคิดและประโยชน์แก่ผู้มาร่วมงานและชุมชนไม่น้อย หากเวลาจำกัดและดูจะยุ่งยาก อย่างน้อยเจ้าภาพก็สามารถให้ผู้มาร่วมงานบุญมีส่วนร่วมทางสังคมได้คือ รวมเงินช่วยงานบุญนั้นเป็นเงินกองกลางในการพัฒนาชุมชนในเรื่องต่างๆ เช่น ซ่อมตู้โทรศัพท์สาธารณะ บริการถังเก็บขยะ รวมทั้งการจัดเก็บขยะ หรือดูว่าในชุมชนมีสาธารณูปโภคอะไรที่ยังขาดแคลนก็อาจนำเงินส่วนนี้มาบริหาร นี่ก็เป็นอีกวิธีที่จะทำให้งานบุญของเราเชื่อมโยงกับชุมชนได้



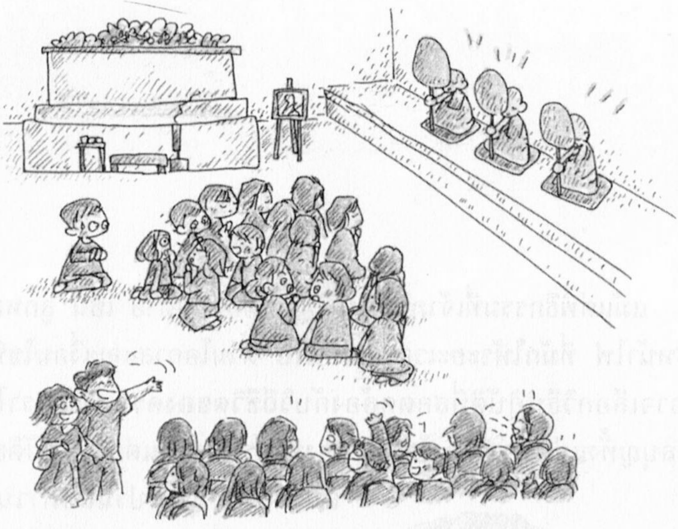
□ ทำบุญตักบาตรในวันธรรมดาและช่วงเทศกาล

การทำบุญตักบาตรถือเป็นประเพณีนิยมและวิถีปฏิบัติของคนไทยมาเนิ่นนาน คนรุ่นก่อนมักจะพิถีพิถันและประณีตในการทำอาหารถวายพระ ถือเป็นความสุขใจและต้องการให้พระท่านได้ฉันอาหารที่ดีมีประโยชน์และมีความหลากหลาย เพื่อให้ผู้ตักบาตรได้รับบุญโดยสมบูรณ์

แต่เดี๋ยวนี้มีความสะดวกมากขึ้น มีร้านค้าที่ขายข้าวถุง แกงถุงสำหรับใส่บาตรไว้ให้เรียบร้อย โดยมากจะวางแผงในตลาดบริเวณที่พระเดินบิณฑบาตผ่าน เพื่อสะดวกต่อผู้ซื้อจะได้ตักบาตรได้ทันที มีข้อน่าสังเกตว่าอาหารเหล่านี้มีความพิถีพิถันประณีตบรรจงในการประกอบและมีความหลากหลายของรายการอาหารมากน้อยเพียงใด ผู้ตักบาตรอาจไม่ค่อยสนใจเพราะไม่ได้ตักบาตรทุกวัน แต่พระที่บิณฑบาตนั้นท่านต้องฉันอาหารซ้ำ ๆ อยู่เสมอ ทำให้การทำบุญกลายเป็นบุญที่ไม่ประณีตโดยไม่รู้ตัว หากเราสละเวลามาปรุงอาหารหรือพิถีพิถันเลือกอาหารในการตักบาตร ก็จะได้รับบุญโดยสมบูรณ์เหมือนคนรุ่นพ่อแม่เราได้ปฏิบัติกันมา

การตักบาตรพระตอนเช้าควรเป็นช่วงเวลาของการถวายอาหารสด และมีญาติโยมจำนวนไม่น้อยที่นิยมถวายดอกไม้ ธูปเทียน อาหารกระป๋อง และน้ำบรรจุขวด น้ำแต่งกลิ่นใส่สี ใส่วัตถุกันเสียที่เห็นบรรจุในขวดเหมือนน้ำส้ม หากหลีกเลี่ยงได้ก็ถือเป็นความพิถีพิถันในการใส่บาตร เพราะของบางอย่างเป็นภาระในการถือ โดยเฉพาะน้ำบรรจุขวด บางครั้งพระท่านต้องหิ้วน้ำหลายขวด ซึ่งเป็นภาระที่หนักมาก อาหารและน้ำบางชนิดก็มีคุณค่าทางอาหารต่ำ หรือเป็นผลเสียต่อสุขภาพของพระท่านด้วยซ้ำ

สำหรับช่วงเทศกาล ชาวพุทธจะพากันตักบาตรพร้อมกันมากจนอาหารล้นเหลือ ทางที่ดีควรเลือกใส่อาหารแห้งจะดีกว่า เพราะเก็บไว้ได้ในวันถัดไปเพื่อหลีกเลี่ยงอาหารเหลือทิ้ง สำหรับอาหารแห้งในบางวัดจะมีการจัดเก็บไว้บริจาคให้กับถิ่นที่ขาดแคลน เราอาจเลี่ยงไปใส่บาตรวันอื่นที่ไม่ใช่วันเทศกาลแทน หรือเปลี่ยนไปถวายสังฆทานที่วัด ถวายเงินเพื่อการศึกษาของพระเณรในที่มีกองทุนเพื่อการศึกษาของภิกษุสงฆ์ หรือไปปฏิบัติธรรม ทำความดีอื่น ๆ ได้อีกมากมาย

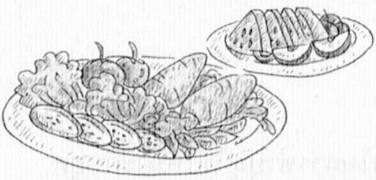


□ งานศพ

หากเราต้องการจะประยุกต์พิธีกรรมในการทำบุญให้เหมาะกับยุคสมัย และเกิดประโยชน์อย่างเต็มที่ คงไม่มีพิธีกรรมใดในเวลานี้ที่สมควรปรับปรุงยิ่งกว่าพิธีศพ โดยเฉพาะในเมือง สิ่งที่ควรทำคือ ทำให้พิธีต่างๆ สื่อกับผู้คนมากขึ้น เช่น นอกจากนิมนต์พระมาเทศน์แล้ว ควรนึกถึงการจัดบรรยาย หรือเสวนาในงานศพด้วย จะเป็นเรื่องธรรมะล้วนๆ เรื่องสุขภาพหรือคติชีวิตจากประวัติผู้ตายก็ล้วนเป็นประโยชน์และน่าจะได้รับความสนใจจากผู้มาร่วมงานศพ แทนที่จะคิดมาสังสรรค์พูดคุยกันเท่านั้น

สิ่งที่ไม่ควรมองข้ามก็คือ การทำให้งานศพเป็นโอกาสในการทำประโยชน์แก่ส่วนรวม เช่น การบริจาคเงินในนามของผู้ตายเพื่ออนุรักษ์สิ่งแวดล้อม ช่วยเหลือผู้ยากไร้ สนับสนุนการศึกษาของพระสงฆ์ หรือสนับสนุนพระสงฆ์ที่ทำงานสงเคราะห์ชุมชนเป็นต้น

แม้แต่พิธีกรรมที่เจ้าภาพมุ่งทำบุญอุทิศแก่ผู้ตาย เช่น ลูกหลานมาบวชหน้าไฟ ที่มักให้ระยะเวลาสั้นเกินไป ตามโอกาสและเงื่อนไขที่จำกัด เราอาจเลือกวิธีปฏิบัติที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตของครอบครัวเราได้และได้ผลบุญทั้งแก่ตัวเราและผู้ตาย ลองพิจารณาดูตั้งแต่การปฏิบัติธรรมดูลมหายใจ อานาปานสติภาวนาอุทิศให้ผู้ตาย ซึ่งสามารถทำได้โดยไม่ต้องปลีกวิเวก ปลีกงานไปปฏิบัติ อาจปฏิบัติหลังกลับจากทำงานก็ได้ หรือเลือกที่จะอดอาหารเพื่อเป็นปัจจัยแก่ความสงบในจิตใจ หรือเพื่อช่วยให้เกิดปัญญาเข้าใจความทุกข์ที่บังเกิดขึ้นแก่ตนเองก็เป็นบุญได้เช่นกัน และสามารถอุทิศให้ผู้ตายได้ หรือหากมีเวลาก็อาจเลือกไปปฏิบัติธรรมเป็นช่วงตามรายการอบรมที่มีจัด เช่น สวนโมกขพลาราม วัดทุ่งไผ่ เสถียรธรรมสถาน ศูนย์ปฏิบัติธรรม ธรรมกมลา (โคเอ็นก้า) ยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทย ฯลฯ หรืออาจปฏิบัติอยู่ในวัดใกล้ ๆ บ้านก็น่าสนใจ หากไม่มีเวลาจริง ๆ การถือศีล ๘ อยู่ที่บ้านก็มีอานิสงส์ไม่น้อย



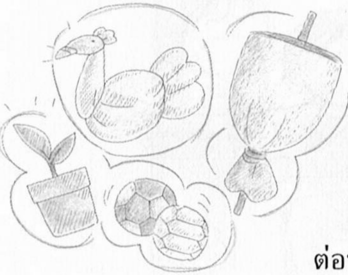
สำหรับธรรมเนียมของงานศพที่ต้องเปิดฝาโลงให้ญาติได้เห็นผู้ตายเป็นครั้งสุดท้าย ให้ถือว่านี่เป็นโอกาสดีที่จะได้ทำมรณสติ ระลึกรู้ถึงความตาย เป็นเรื่องการภาวนาภายในที่จะต้องเผชิญกับอารมณ์โศกเศร้าแห่งการ



พลัดพราก แต่ถ้ายังทำใจให้มั่นคงไม่ได้ การร้องไห้ก็เป็นการปลดปล่อยทางอารมณ์ ซึ่งถือเป็นปรกติวิสัยของมนุษย์ปุถุชน หากซ้อนสติแห่งการรับรู้การร้องไห้นั้นเข้าไปก็ยังถือว่าเป็นจังหวะเหมาะที่จะเรียนรู้ตัวเองอย่างมีสติภายใต้ความเศร้าโศกฟูมฟาย

ส่วนใหญ่งานศพจะจัดงานหลายวัน นานเป็นสัปดาห์ ยิ่งจัดหลายวันแบบนี้ พิธีกรรมที่ไม่จำเป็นและเป็นการสิ้นเปลืองก็ควรจะนำมาทบทวนกันบ้าง

การเลี้ยงข้าวต้มหรืออาหารรอบดึก (หลังพระสวดเสร็จจบที่สอง) เจตนาของเจ้าภาพคงต้องการรับรองผู้มาร่วมงานที่อาจจะกินข้าวเย็นไม่ทันก่อนมางานหรือถือเป็นส่วนหนึ่งของการต้อนรับ ถ้าพิจารณาในแง่นี้แล้วจะเห็นว่าการเลี้ยงอาหารรอบดึกนี้มีความจำเป็นน้อยมาก เพราะผู้มาร่วมงานส่วนใหญ่มักเตรียมพร้อมมาร่วมงานอย่างดีแล้ว โดยมากอาหารที่เตรียมไว้



จะเหลือเป็นภาระแก่เจ้าภาพอีก และการเลี้ยงอาหารรอบดึกยังมีส่วนทำให้พิธีเสร็จช้า ทั้งดูไม่เหมาะสมที่ฆราวาสจะมากินอาหารต่อหน้าพระสงฆ์ที่มาสวดในพิธี

การจัดดอกไม้ประดับในพิธีและโลงศพ บางครั้งก็มากเกินความจำเป็น หรือพิธีกรรมแบบประเพณีจีน เช่น กงเต็ก ก็น่าจะมีการประยุกต์ให้เหมาะกับภาวะเศรษฐกิจที่ซบเซาในขณะนี้

สำหรับพวงหรีดที่ผู้มาร่วมงานนำมาเคารพศพ ที่มักนิยมใช้ผ้าขนหนูมาประดิษฐ์หรือดอกไม้สด ก็นับว่าได้ประโยชน์อยู่ แต่ถ้ามากเกินไปก็จะกลายเป็นของเหลือใช้หรือเน่าเสียได้ หากต้องการให้เกิดประโยชน์เต็มที่ในการทำบุญงานศพ เจ้าภาพอาจสอบถามทางวัดว่าต้องการอะไรหรือเจ้าภาพตั้งใจจะนำของไปบริจาคใคร ก็อาจจะเขียนแจ้งลงในบัตรเชิญว่า "ขอเชิญบริจาคพันธุ์ไม้ถวายวัด แทนพวงหรีด" หรือ "ขอเชิญบริจาคหนังสือและอุปกรณ์กีฬามอบให้กับโรงเรียน แทนพวงหรีด" เพื่อเก็บรวบรวมไปบริจาคให้โรงเรียนที่ขาดแคลนเป็นการทำบุญอุทิศให้ผู้ตาย วิธีการนี้อาจช่วยลดปัญหา "ขยะพวงหรีด" ได้อย่างสร้างสรรค์ ที่สำคัญเป็นการเปลี่ยนพวงหรีดให้กลายเป็นสิ่งที่ให้ประโยชน์มากกว่าพวงดอกไม้ไว้อาลัย แล้วเหี่ยวเฉาไปตามกาลเวลา

ของแจกในงานศพนอกจากหนังสือธรรมะที่มักจะพิมพ์แจกกันพอสมควรแล้ว ก็อาจจะหันไปพิมพ์หนังสือดูแลสุขภาพทางเลือกอื่น ๆ บ้าง เดี๋ยวนี้มีพิมพ์ออกมามากมายไม่ว่าจะเป็นอาหารมังสวิรัติ ชีวจิต แม็คโครไบโอติค หรืออาจจะเป็นหนังสือแนวอื่นที่คิดว่ามีประโยชน์ต่อแนวทางการดำเนินชีวิตของมนุษย์ เจ้าภาพบางท่านมีความคิดสร้างสรรค์มาก พิมพ์ดิกชันนารีแจกโดยเอารูปผู้ตายเป็นปก อย่างนี้นอกจากเด็กนักเรียนจะได้ใช้ประโยชน์อย่างสุดคุ้มแล้ว ยังทำให้รู้สึกว่าคนตายไม่ได้จากไปไหนอีกด้วย

เจ้าภาพที่ทุนน้อย ก็อาจเขียนบรรยายความรู้สึกของการสูญเสียผู้ตายด้วยตนเอง รวมทั้งบรรยายวินาทีสุดท้ายของเหตุการณ์เสียชีวิตลง ในกระดาษต้นฉบับ แล้วนำไปถ่ายเอกสารเย็บเป็นเล่มแจกในงานศพก็อาจสร้างความแปลกใหม่ได้ไม่น้อย เป็นผลิตภัณฑ์แฮนด์เมดที่เจ้าภาพทำเองแจกเองดูน่าประทับใจกว่า เหมาะสำหรับงานศพที่มีแขกผู้มาร่วมงานไม่มากนัก

ถ้าไม่แจกเป็นหนังสือ สิ่งของอื่น ๆ ที่มักแจกในงานศพก็คงไม่พ้นพวงกุญแจ ตลับยาหม่อง พระเครื่องทั้งแบบเป็นเหรียญและเนื้อผง หากทุนมากหน่อยแจกเป็นเทปธรรมะก็น่าสนใจ เคยเห็นเจ้าภาพบางงานแจกสบู่เป็นของที่ระลึกแก่แขกก็ได้ประโยชน์ไม่น้อยทีเดียว เพียงติดสติกเกอร์ไว้อาลัยมีชื่อผู้ตายกับวันที่ฌาปนกิจไว้ที่สบู่ แล้วแจกผู้มาร่วมงานท่านละก้อน นับว่าเป็นของแจกงานศพที่ดูเข้าท่าไปอีกแบบ

ไม่ต้องสละเงินก็เป็นบุญได้เหมือนกัน

เรามักคุ้นเคยกับการทำบุญแบบเสียเงิน จนคิดว่าการทำบุญมีแต่เฉพาะเรื่องการให้ทาน ลองย้อนกลับไปดู บุญกิริยาวัตถุ ๑๐ มีอีกตั้ง ๙ วิธีที่ไม่ต้องเสียทรัพย์ก็เป็นบุญ ส่วนคนที่วิตกกังวลว่าเงินบริจาคจะถูกใช้ไปในจุดประสงค์อื่นที่ไม่เป็นประโยชน์ก็ไม่ต้องวิตกกังวลอีกต่อไป เพราะต่อไปนี้คือวิธีทำบุญแบบไม่ต้องบริจาคเป็นเงิน

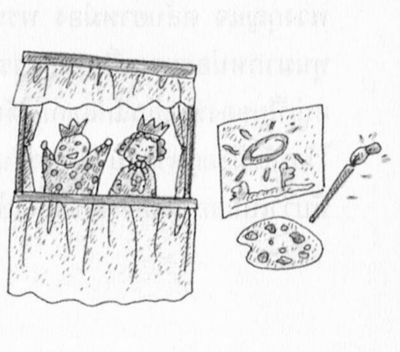


ทำอาหารเลี้ยงเด็กกำพร้า

หาโอกาสเหมาะ ๆ ลงขันกับเพื่อนทำอาหารไปเลี้ยงเด็กตามสถานสงเคราะห์ต่าง ๆ อาทิ เด็กพิการ เด็กกำพร้า เด็กติดเชื้อ HIV ฯลฯ นอกจากจะได้บุญแล้วยังเป็นการอวดเสน่ห์ปลายจวักให้เด็ก ๆ ได้ลิ้มรสอาหารจากฝีมือของคุณอีกต่างหาก

โรงพยาบาลหลายแห่ง มีเด็กอ่อนที่ถูกทอดทิ้งเป็นจำนวนมาก เด็กเหล่านี้ไม่ได้รับความรักความอบอุ่นอย่างที่เด็กทั่วไปได้รับ การไปช่วยอุ้มเด็กเหล่านี้ให้เขาได้รับสัมผัสแห่งความรักและความอบอุ่นบ้าง มีความหมายอย่างมากต่อชีวิตจิตใจของเขา

กิจกรรมสันทนาการ



หากคุณเป็นนักกิจกรรมเก่ามาก่อน ลองหาเวลาว่างไปทำกิจกรรมสันทนาการกับเด็ก ๆ ตามสถานสงเคราะห์ต่าง ๆ ดูสิ เพราะตามสถาน

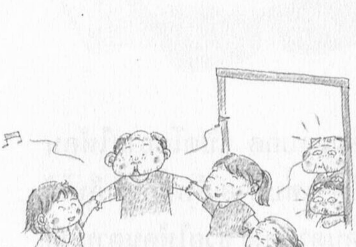
สงเคราะห์เหล่านี้เขาต้องการอาสาสมัครไปช่วยงานอยู่แล้ว อาจจะไม่จำเป็นต้องเล่นเกม จะเป็นการวาดภาพ เล่านิทาน นิทานหุ่นกระบอก นิทานหุ่นมือหรืออะไรก็ได้ที่คุณถนัด แล้วแต่ว่าคุณมีความสามารถอะไรจะให้ความบันเทิงและมีสาระแก่เด็ก ๆ

สันทนาการกับผู้ใหญ่



ใช่ว่าจะมีแต่เด็กเท่านั้นที่ชอบสันทนาการ ผู้ใหญ่ก็ชอบเหมือนกัน แต่ผู้ใหญ่ในที่นี้หมาย ถึงบุคคลที่ถูกคุมขังอยู่ในเรือนจำ คงเคยเห็นนักดนตรีชื่อดังอาสาเข้าไปเล่นดนตรีให้คนในเรือนจำฟัง นั่นแหละ... เดี๋ยวนี้มีกลุ่มละครบางกลุ่ม ติดต่อเข้าไปเล่นละครให้ชาวคุกได้ชมเหมือนกัน หากคุณมีความสามารถในการแสดง บันเทิงหรือสาระที่เป็นประโยชน์ก็สามารถติดต่อเจ้าหน้าที่เรือนจำเข้าไปแสดงได้ จะได้เป็นการช่วยผ่อนคลายความเครียดและความหดหู่ ซึมเซาอันเกิดจากการถูกจองจำ หรืออยากจะทำบุญด้วยการทำอาหารไปเลี้ยงผู้ถูกคุมขังในเรือนจำก็ได้ เพราะปรกติแล้วอาหารในเรือนจำนั้น คงทราบกันดีว่าไม่ชวนให้เจริญอาหารเท่าไรนัก การนำอาหารไปเลี้ยงผู้ถูกคุมขังก็เป็นเรื่องที่เรือนจำสนับสนุนอยู่แล้ว

เยี่ยมคนชรา



ไม่มีใครที่ไม่แก่ การไปเยี่ยมคนแก่ หรือแม้แต่นำอาหารไปเลี้ยงท่านเหล่านั้นที่บ้านพักคนชรา จึงเป็นทั้งบุญและเป็นการให้สติตัวเองไปด้วยในตัว โดยเฉพาะอย่างยิ่งให้สติปัญญาว่าคนเราต้องแก่เฒ่าหนังเหี่ยวย่น

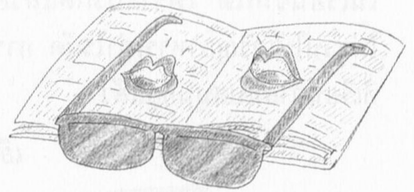
สำหรับคนชรายังไม่ค่อยเห็นมีใครเอาดนตรีเข้าไปเล่นให้ฟังบ้าง เรามักเข้าใจว่าโลกของคนแก่จำกัดอยู่แค่ความเงียบสงบเท่านั้น ที่จริงยังมีดนตรีอีกหลายประเภทที่คนชราก็น่าจะฟังได้ไม่ขัดหู อย่างเช่น ขลุ่ย ไวโอลิน หรือกีตาร์โฟล์คเบา ๆ ใครมีความสามารถตรงนี้ก็ลองท้าทายตัวเองหน่อย คนทุกเพศทุกวัยล้วนมีดนตรีในหัวใจ เขาจะได้ไม่ถูกเลือกปฏิบัติให้อยู่ในโลกของความเงียบเหงาเหมือนกับที่ถูกพามาส่งให้อยู่ที่บ้านพักคนชราอย่างนี้



ครูข้างถนน

ครูข้างถนนก็เป็นอีก "บุญ" หนึ่งที่คุณก็สามารถทำได้ อย่างน้อยก็ช่วยให้เด็กข้างถนนคนหนึ่งมีเพื่อน มีคนที่รับฟังและพร้อมจะเข้าใจเขา

บริจาคเสียง

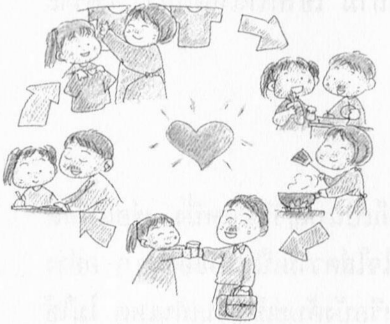


เป็นบุญอีกวิธีหนึ่ง คือการอ่านหนังสือออกเสียงบันทึกใส่เทปเป็นห้องสมุดเสียง อันนี้เป็นโครงการที่มีอยู่แล้วของมูลนิธิคอลฟิลด์เพื่อคนตาบอด เปิดโอกาสให้คนตาดีช่วยอ่านหนังสือบันทึกเสียงใส่เทปคาสเซ็ท เทปคาสเซ็ทนี้ก็จะเก็บไว้สำหรับคนตาบอดได้เลือกฟังในห้องสมุดเพื่อคนตาบอด ช่วยให้คนตาบอดได้มีโอกาสอ่านหนังสือได้มากขึ้นโดยคนตาดีช่วยอ่านให้ฟัง

เป็นอาสาสมัครในวัด



หากมีเวลาว่าง และอยากบริหารเวลามาใช้ในงานบุญบ้าง ลองหันไปเป็นอาสาสมัครให้กับวัดที่ทำงานพัฒนาให้กับชุมชนดูบ้าง เช่น วัดที่ดูแลเลี้ยงเด็กกำพร้า วัดที่ดูแลผู้ป่วยเอดส์ วัดที่จัดงานปฏิบัติธรรม หรือไม่ก็เป็นอาสาสมัครในชุมชน



ทำความดีกับคนรอบข้าง

พ่อแม่ พี่น้อง ลูกหลาน มักเป็นบุคคลที่เราละเลยไปโดยไม่ตั้งใจ การหันกลับมาดูแลเอาใจใส่ก็เป็นอีกบุญหนึ่งที่สามารถทำได้ง่าย ความต่างวัยระหว่างวัยรุ่นกับคนแก่ ระหว่างพี่กับน้อง ระหว่างเพศชายเพศหญิงและอัตลักษณ์ทางเพศที่แตกต่าง ระหว่างสถานภาพในครอบครัว ระหว่างลัทธิความเชื่อที่ยึดถือ ถึงแม้จะอยู่ในรั้วบ้านเดียวกัน ความต่างเหล่านี้เราสามารถสานความสัมพันธ์ให้แน่นแฟ้นได้ด้วยการถามอย่างใส่ใจบ้างว่า "เรียนหนังสือเป็นอย่างไรบ้าง" "ทำงานเหนื่อยบ้างไหม" "สุขภาพเป็นอย่างไรบ้าง" "กินข้าวแล้วหรือยัง" พร้อมกับส่งยิ้มให้หนึ่งยิ้ม คนเราเมื่อเจอกันทุกวันมักไม่เห็นคุณค่าของกันและกัน จนวันหนึ่งต้องจากไปนั่นแหละจึงทำดีให้กันในวาระสุดท้าย ทำไมเราไม่ทำดีให้กันตั้งแต่ยังมีลมหายใจอยู่



ปลูกป่ารักษาสิ่งแวดล้อม

บุญแบบนี้เป็นสิ่งที่โลกกำลังต้องการอย่างยิ่ง วันหยุดสุดสัปดาห์ ลองชักชวนญาติพี่น้องหรือเพื่อน ๆ ไปปลูกต้นไม้ตามวัด สวนสาธารณะ หรืออุทยานแห่งชาติ มีตำรวจคนหนึ่ง ทุกวันจะตื่นแต่เช้ามืดขี่รถจักรยานยนต์ ขนกล้าไม้ไปปลูกริมทางข้างถนน และที่สาธารณะซึ่งรกร้าง พอเลิกงานก็ไปปลูกต้นไม้อีก วันหยุดก็ไม่เว้น ทำเช่นนี้ติดต่อมา ๑๕ ปี ปลูกต้นไม้ร่วม ๒ ล้านต้น ทำให้อำเภอทั้งอำเภอซึ่งเคยแห้งแล้งกลับอุดมร่สมครึ้มด้วยต้นไม้ เมื่อใครมาถาม เขาก็ให้เหตุผลว่า เพราะต้องการทำบุญที่มีผลยั่งยืนถึงลูกหลาน

แนะนำพร่ำสอนความดีให้กัน

การเป็นพ่อแม่ที่มีความรับผิดชอบก็เป็นบุญวิธีอันหนึ่ง พ่อแม่ที่ดีคือพ่อแม่ที่มีเวลาให้ลูกสม่ำเสมอ ดูแลเอาใจใส่ความเป็นไปของลูก ๆ อย่างพอเหมาะพอดี ไม่ปล่อยทิ้งตามยถากรรมหรือบังคับขู่เข็ญจนเกินเหตุ ไม่ใช้ความรุนแรงกับลูก สอนลูกให้รู้จักรับผิดชอบช่วยเหลือตัวเองได้ มั่นใจในตัวเองดี เปิดโอกาสให้ลูกได้คิดเองบ้าง พร้อมกับสอนให้ลูกได้เรียนรู้เรื่องกตัญญูกตเวที คือ รู้คุณและตอบแทนคุณ โดยเฉพาะเรื่องการเลี้ยงดูพ่อแม่ยามแก่เฒ่าซึ่งนับเป็นเรื่องสำคัญในระดับครอบครัวจริง ๆ และที่ไม่ควรลืมคือ สอนให้ลูกนึกถึงส่วนรวม รับผิดชอบต่อสังคมและเอื้อเฟื้อแบ่งปันแก่คนรอบข้าง



ตอบแทนความดี ปรับความเข้าใจ



ความดีที่เราได้รับมาจากผู้อื่นเป็นหนี้ความดีที่ค้างชำระ การตอบแทนความดีต่อผู้มีอุปการะนอกจากจะเป็นการแสดงความกตัญญูรู้คุณแล้วก็ยังเป็นบุญอยู่ในตัวเอง เป็นการสร้างความสัมพันธ์ในบุญให้เหนียวแน่นยิ่งขึ้นระหว่างเรากับเขา ผู้อุปการะและเช่นกันในความขุ่นข้องหมองใจบางอย่างก็เป็นหนี้กรรมค้างชำระได้ การปรับความเข้าใจ เผยความในใจกับเขาที่เคยมีเรื่องไม่พอใจกันก็ยังไม่พ้นเรื่องของบุญ บุญนี่กินอาณาเขตกว้างขวางจริง ๆ

เรียนรู้และเข้าใจ "เขา"



ให้ความรัก ความเมตตา ความเข้าใจ และการยอมรับต่อบุคคลผู้ติดเชื้อ HIV รวมทั้งบุคคลที่ได้รับความกดดันจากสังคมในรูปแบบอื่น คนที่เพิ่งออกจากเรือนจำ คนชรา ผู้หญิง เด็ก คนกลุ่มน้อยทางเชื้อชาติ ตลอดจนผู้ที่เห็นต่างทางการเมือง ศาสนา และเรื่องเพศ

ทุกวันนี้โลกเปิดเผยมากขึ้น ทำให้เราได้รับรู้ว่าโลกสีหม่นของคนบางกลุ่มที่สังคมหันหลังให้นั้นขาดชีวิตและสีสันอย่างไร การไม่ยอมรับก็คือบาปและความรุนแรงอย่างหนึ่ง บ่อยครั้งที่คนเราส่งบาปให้กันโดยไม่รู้ตัว อันนำไปสู่ความรุนแรงอื่น ๆ เป็นการดีกว่าหากเราหันมาเปิดใจ เข้าใจเขา เรียนรู้ความแตกต่างด้วยเมตตา เพราะเขาก็คือคนใกล้ตัวในสังคมที่เราต้องคอยดูแลเอาใจใส่ส่งบุญให้กัน

"

คนไทยส่วนมากยังอยู่ในชนบท และคนทุกท้องถิ่นมีชุมชนของตนทุกคน ควรถือเป็นสำคัญว่า ไม่ว่าจะทำบุญอะไรก็ตามที่คิดว่าสำคัญ และก่อนจะไปทำบุญใหญ่โตที่ไหน ขอให้ถามกันว่า พวกเราสามารถทำบุญขั้นพื้นฐานได้สำเร็จหรือไม่

บุญพื้นฐานที่ว่านี้คือ กิจกรรมที่จะทำชุมชนให้อยู่ดีและทำชีวิตให้งอกงาม เครื่องพิสูจน์ความสามารถในการรื้อฟื้นระบบการทำบุญของพุทธบริษัทคือ

๑) หันมาทำบุญที่เกื้อกูลต่อชีวิตชุมชนขึ้นเป็นพื้นฐาน

๒) ทำบุญเหล่านั้นให้สำเร็จด้วยความร่วมแรงร่วมใจสามัคคี

๓) ทำวัดที่มีอยู่ของชุมชนให้เป็นนาบุญที่แผ่ขยายคุณภาพชีวิตไปทั่วถึงทุกคน

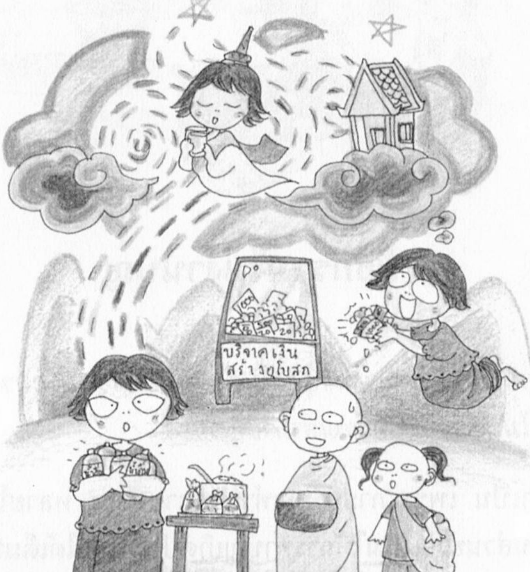
ถ้าทำ ๓ ข้อนี้ได้ บุญที่แท้อันถูกต้องตามความหมายจะกลับคืนมาอย่างมีชีวิตชีวา พระพุทธศาสนาจะกลับเฟื่องฟูในสังคมไทย และสังคมไทยเองก็จะเข้มแข็งมั่นคง บรรลุประโยชน์สุขแท้จริง

"

พระธรรมปิฎก
(ป. อ. ปยุตฺโต)

ตอนที่ ๓

ทำบุญ : เรื่องนี้มีคำตอบ





พิธีกรรมในงานบุญ

● *มีหลายคนเข้าใจว่า การทำบุญนั้นต้องมีพิธีกรรมมากมาย การทำบุญจำเป็นหรือไม่ที่ต้องมีพิธีกรรมเข้ามาเกี่ยวข้อง*

ไม่จำเป็น เพราะการทำบุญทำได้หลายอย่าง หลายโอกาส การมีพิธีกรรมเป็นส่วนช่วยเสริมให้การทำบุญเกิดประโยชน์ได้เต็มที่ พิธีกรรมมีส่วนช่วยในการเตรียมใจทุกคนที่เกี่ยวข้องโดยเฉพาะผู้ที่จะทำบุญ เช่น ทำใจให้สงบ และถ้าผู้ทำบุญมีหลายคน พิธีกรรมจะเป็นเสมือนอาณัติสัญญาณเพื่อช่วยให้ทุกคนพร้อมเพรียงกันในการทำบุญ

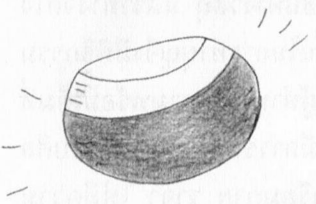
การทำบุญในทางพุทธศาสนานั้นมุ่งให้เกิดผลทางจิตใจเป็นเบื้องต้น ไม่ใช่เพียงแค่ทำบุญเพื่อให้เกิดประโยชน์ในทางวัตถุเท่านั้น การถวายทาน เช่น อาหารหรือว่าปัจจัย (เงิน) นั้นก่อให้เกิดประโยชน์ทางวัตถุ แต่ว่าทางจิตใจ พุทธศาสนาก็ให้ความสำคัญเช่นกัน เพราะฉะนั้นในการทำบุญจึงมีพิธีกรรม เพื่อเตรียมใจ ขณะเดียวกันก็ยังเป็นโอกาสให้ผู้ทำบุญมีความพร้อมเต็มที่ ในทางกายและวาจา นี่เป็นเหตุผลว่าทำไมต้องมีการรับศีลก่อน การรับศีล ก็คือเพื่อให้ละชั่ว ละบาป นั่นเอง เป็นการเตรียมกาย วาจา ให้มีความ สะอาดเพื่อที่จะสามารถรับบุญได้เต็มที่ เหมือนกับภาชนะก่อนที่จะใส่น้ำ ก็ต้องทำความสะอาดก่อน เมื่อสะอาดแล้วจึงค่อยเติมน้ำลงไปก็จะได้น้ำที่ สะอาดตามไปด้วย อันนี้คือจุดมุ่งหมายประการหนึ่งของพิธีกรรม

● *แสดงว่าพิธีกรรมก็มีความหมายอยู่ในตัวเองด้วยเหมือนกัน*

ถูกต้อง แต่เนื่องจากพิธีกรรมเป็นแค่อุบายหรือเครื่องมือ เพราะฉะนั้นจึงไม่ใช่สิ่งตายตัวเสมอไป หมายความว่าเราสามารถปรับปรุงเปลี่ยนแปลงเพื่อให้เกิดผลตามต้องการ อันได้แก่การเตรียมจิตหรือเตรียมหมู่คณะให้สงบใจและพร้อมเพรียงกัน และยังเป็นการช่วยทำให้ กาย วาจา สะอาดคือมีศีล

พิธีกรรมหลายอย่างมีวัตถุประสงค์อีกข้อหนึ่งคือเป็นการเสริมความสัมพันธ์ของผู้ที่ทำบุญ ให้มีความกลมเกลียวกัน อาทิ พิธีกรรมในงานศพ หรือพิธีทอดกฐิน ทอดผ้าป่า ตลอดจนประเพณีพิธีต่าง ๆ ของคนรุ่นก่อน หรือในชนบท เราจะเห็นตรงนี้ชัดเจน

● *บางคนตอนทำบุญแล้วจะเคร่งครัดว่า ต้องทำพิธีกรรมให้ครบถ้วน หากขาดตกบกพร่องในบางขั้นตอนแล้วจะรู้สึกไม่สบายใจ ในฐานะชาวพุทธเราควรวางท่าทีต่อพิธีกรรมอย่างไร*



เป็นเพราะเราไปเข้าใจว่าพิธีกรรมเป็นเรื่องศักดิ์สิทธิ์ อะไรก็ตามที่นึกว่าเป็นเรื่องศักดิ์สิทธิ์แล้ว เราก็คิดว่าต้องทำให้ถูกแบบแผนครบถ้วนทุกประการถึงจะเกิดผล อันได้แก่อำนาจดลบันดาล ก็เหมือนกับการขับรถ การจะทำให้รถแล่นได้ เราต้องขับรถอย่างถูกต้องทุกขั้นตอน แต่ว่าพิธีกรรมทางพุทธศาสนาไม่ใช่เช่นนั้น พิธีกรรมทางพุทธศาสนาไม่ได้มีจุดมุ่งหมายเพื่อผลดลบันดาล หรือเพื่ออำนาจศักดิ์สิทธิ์ แต่ว่าเป็นเพียงแค่อุบายหรือวิธีการที่จะช่วยน้อมจิตเตรียมใจ กับเพื่อรักษากายวาจาให้มีศีล

ถ้าเข้าใจตรงนี้ เราก็จะเห็นว่าถึงแม้พยายามทำให้ถูกต้องครบถ้วนตามพิธีกรรมเสร็จแล้วจิตใจกลับหม่นหมอง หงุดหงิด ไม่สบายใจ การทำบุญนั้นก็ได้ประโยชน์น้อย

● *สมมุติว่าเราอยากทำบุญ ถวายสังฆทาน หรือรับศีล แต่ท่องคำถวายไม่ได้ เราก็อาจแค่ตั้งจิต หรือใช้วิธีกล่าวตามเจตนาของเราก็ทำได้*

ได้ คำพูดเป็นเพียงการช่วยน้อมจิตให้เป็นสมาธิ หรือช่วยให้จิตเกิดกุศล เช่น มีความเมตตาปรารถนาดียิ่งขึ้นต่อผู้รับ

● *พิธีกรรมบางส่วนเปลี่ยนแปลงไปตามยุคสมัย บางอย่างก็ทำกันมาเป็นประเพณีนิยม เราจะมีหลักในการเลือกอย่างไร ว่าพิธีกรรมใดเหมาะสม*

พิธีกรรมทางพุทธศาสนาต้องเป็นพิธีกรรมที่ช่วยให้เกิด การลด การละ การเลิก เป็นเบื้องต้น จากนั้นก็ทำให้ใจสงบและเกิดปัญญา ที่เราให้รับศีลเพื่ออะไร ก็เพื่อให้ ลด ละ เลิกความประพฤติที่ไม่ดี ขณะเดียวกันก็ส่งเสริมให้เกิดความสงบใจ ฉะนั้นพิธีกรรมใดที่ไม่เป็นไปเพื่อการลด ละ เลิก หรือว่าไม่ช่วยให้จิตใจสงบ ขณะเดียวกันไม่ก่อให้เกิดประโยชน์แก่ผู้รับแล้ว ก็ทำให้ได้รับผลหรืออานิสงส์ไม่ครบถ้วน พุทธศาสนาจะเน้นมากในเรื่องสัปปุริสทาน คือการให้แบบสัปปบุรุษ ท่านจะเน้นเรื่องเจตนาหรือสภาวะจิตของผู้ให้ ทั้งก่อน ระหว่างและหลังการให้ ขณะเดียวกันวัตถุที่ให้ก็ต้องมีประโยชน์หรือเหมาะแก่ผู้รับและถูกกับกาลเวลาด้วย

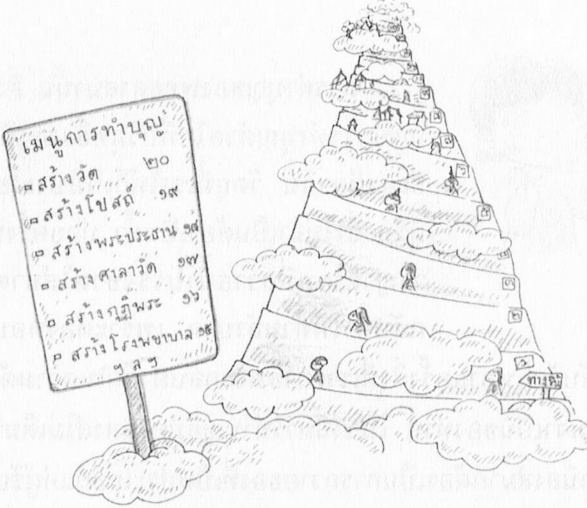
● *การทำบุญตักบาตรตามวาระและเทศกาลต่าง ๆ เช่น ปีใหม่ เข้าพรรษา คือทำแบบเดียวกันมาก ๆ จะเป็นภาระ หรือเป็นสิ่งเกินจำเป็นหรือเปล่า*

เราต้องเข้าใจก่อนว่าทำบุญนี่ทำได้หลายอย่าง แม้กระทั่งการให้ทานเองก็สามารถจะให้ทานแก่คนหลายประเภท ไม่ใช่เฉพาะให้แก่พระ แต่คนไทยนิยมให้แก่พระ เพราะเหตุผลใหญ่ ๆ ๒ ประการ ประการแรก พระท่านเป็นคนของสังคม ของส่วนรวม เมื่อทำประโยชน์ให้กับบุคคลประเภทนี้แล้ว ผลประโยชน์ก็จะกลับไปสู่สังคมส่วนรวม เช่น เมื่อท่านได้รับอาหาร ก็มีกำลังวังชาแนะนำสั่งสอนผู้คนได้ หรือถวายจานชามให้วัด ชาวบ้านก็สามารถยืมไปใช้เวลามีงานในหมู่บ้าน เป็นต้น



เหตุผลประการที่ ๒ ก็คือความเชื่อว่าพระเป็นสื่อกลางที่ดีระหว่างผู้อยู่ในโลกนี้กับผู้ตาย พูดง่ายๆ คือเป็นเหมือนบุรุษไปรษณีย์ที่นำเอาบุญกุศลจากคนในโลกนี้ไปให้แก่คนในโลกหน้า ความเชื่อนี้ทำให้พระมีสถานะคล้ายๆ บุคคลศักดิ์สิทธิ์ ซึ่งอาจจะไม่ถูกต้องเท่าไรนัก

ปัญหาก็คือว่าพอเราอยากทำบุญ เรามีความเข้าใจว่าจะต้องทำบุญในวันสำคัญ เช่น วันปีใหม่ และก็ต้องถวายอาหารเลี้ยงพระหรือใส่บาตรพระเท่านั้น ทำให้เกิดปัญหาว่าของที่เราถวายบ่อยครั้งก็มากมายจนกระทั่งพระท่านฉันไม่หมด บางทีก็ต้องทิ้งไปหากแจกไม่หมด เราน่าจะมาคิดกันว่าถ้าจะทำบุญถวายพระ ทำอย่างไรถึงจะแน่ใจว่าของที่เราถวายนี้ก่อประโยชน์เต็มที่ ต้องคิดกันถึงสิ่งที่เราจะถวาย ไม่ใช่ถวายแต่อาหารสดหรือแม้กระทั่งเครื่องกระป๋องก็อาจจะไม่จำเป็นก็ได้ ควรลองคิดหาของถวายอย่างอื่นแทน หรือว่าอาจจะใช้วิธีการทำบุญที่ไม่ใช่การตักบาตร เช่น นำอาหารไปเลี้ยงเด็กกำพร้าหรือเลี้ยงคนแก่ในบ้านพักคนชราก็ได้



ความเชื่อเรื่องการทำบุญ

● *อย่างความเชื่อที่ว่า ตักบาตรพระอย่าลืมถวายน้ำด้วย กลัวตายไปแล้วจะไม่มีน้ำดื่ม หรืออยากให้บุญนี้ไปถึงผู้ล่วงลับไปแล้ว จะได้ไม่หิวโหย เหตุผลเกี่ยวกับเรื่องนี้แท้จริงเป็นอย่างไร*

นี่เป็นความเชื่อในระยะ ๑๐ กว่าปีที่ผ่านมา เกิดจากเสียงเล่าลือว่าคนที่ตายไปแล้วพบว่าตัวเองไม่มีน้ำกิน เกิดความหิวโหย อันนี้เป็นความเชื่อ แต่ที่จริงแล้วการทำบุญทางพุทธศาสนานี้ไม่เหมือนการทำกงเต็ก การทำกงเต็กมีการเผาเงินกระดาษ รถหรือบ้านกระดาษ เพราะเชื่อว่าผู้ตายจะได้รับสิ่งเหล่านั้นในภพหน้าด้วย แต่พุทธศาสนาไม่ได้มีความเชื่ออย่างนั้น



การทำบุญของพุทธศาสนานั้น สิ่งสำคัญอยู่ที่การทำบุญด้วยใจที่บริสุทธิ์และเป็นกุศลขณะเดียวกัน วัตถุที่เราให้ก็เป็นประโยชน์แก่ผู้รับ ซึ่งไม่จำเป็นต้องเป็นน้ำ บ่อยครั้งปรากฏว่าญาติโยมที่ถวายน้ำบรรจุขวดใส่บาตรพระกลับทำให้ท่านลำบาก เพราะต้องหอบหิ้วน้ำหลายขวดกลับวัด หลายครั้งสิ่งที่เราถวายพระกลับมากเกินความต้องการหรือเกินความจำเป็นของท่าน ในแง่นี้การทำบุญก็มีอานิสงส์ไม่เต็มที่ การทำบุญที่ได้อานิสงส์มากต้องเป็นการถวายของที่เป็นประโยชน์แก่ผู้รับ

● *อันนี้อาจจะเป็นรูปธรรมอันหนึ่งของความเชื่อที่กลายเป็นพิธีกรรมที่ทำกันสืบเนื่องกันมา*

นี่ไม่ใช่สิ่งที่พระพุทธเจ้าได้ตรัส แต่เป็นเพียงคำแนะนำหรือความเชื่อของคนจำนวนหนึ่ง ซึ่งอ้างว่าเคยไปนรกมาก่อนแล้วฟื้นขึ้นมา

● *ความเชื่อเรื่องการถวายสังฆทานเพื่อเป็นการสะเดาะเคราะห์ เพื่อเป็นการตัดกรรม การไปสร้างพระพุทธรูปถวายวัดเพื่อช่วยให้คนป่วยอาการดีขึ้นถือเป็นการทำบุญหรือเปล่า*

ถือว่าเป็นการทำบุญได้เหมือนกัน เป็นการมุ่งให้เกิดประโยชน์แก่ผู้ที่เรานับถือซึ่งได้ล่วงลับไป แต่ว่าการทำบุญอย่างนี้เราก็ต้องพิจารณาดูว่า เหมาะกับโอกาสหรือเหมาะกับผู้รับหรือเปล่า แล้วก็จะต้องเข้าใจจุดมุ่งหมายของการทำบุญแต่ละอย่าง เช่น การถวายสังฆทาน สังฆทานก็

คือต้องถวายแก่หมู่สงฆ์ วัตถุประสงค์ของการมีสังฆทานก็คือเพื่อประโยชน์แก่หมู่สงฆ์ ไม่ได้มุ่งเพื่อประโยชน์ของผู้ให้ ทั้งไม่ได้มุ่งเพื่อให้เกิดประโยชน์แก่ใครที่นอกเหนือจากสงฆ์หรือส่วนรวม

สำหรับการทำบุญเพื่อตัดกรรมหรือการสะเดาะเคราะห์ก็เกิดจากความเชื่อว่าได้เคยทำไม่ดีกับผู้อื่นที่เป็นเจ้ากรรมนายเวร ความเชื่อนี้มีอิทธิพลมาก ถ้าเราต้องการที่จะลดทอนผลแห่งกรรมที่เราได้ทำไว้ เราก็สร้างความดี ความดีที่เราทำนั้นก็ทำได้หลายอย่าง ไม่จำเป็นต้องทำสังฆทานเสมอไป อย่างสมัยก่อนก็นิยมปล่อยนกปล่อยปลา การบวชหรือการเข้าวัดปฏิบัติธรรมก็เป็นตัวอย่างที่มีอานิสงส์ด้วยเช่นกัน

● *การทำบุญโดยเริ่มจากความคิดอยากได้ประโยชน์จากบุญที่กระทำลงไปหรือเลือกทำบุญที่จะได้ผลดีกับตัวเองมาก ๆ ทัศนคติเช่นนี้เป็นอย่างไรบ้าง*

การทำบุญแบบนี้ก็มีประโยชน์อยู่ แต่พุทธศาสนาถือว่าการทำบุญอย่างนี้เป็นการยึดติด ยังมีความเห็นแก่ตัวอยู่ แท้ที่จริงมีการทำบุญที่ประเสริฐหรือมีอานิสงส์มากกว่านี้ นั่นคือการทำบุญที่ไม่หวังผลตอบแทน ไม่ได้ทำบุญเพื่อหวังรวย ไม่ได้ทำบุญเพื่อให้เกิดความสุขสบายในชาติหน้า เป็นการทำบุญเพื่อละตัวตน เพื่อลดละกิเลส ทำไมเราถึงต้องให้ทาน ก็เพราะคนเรามักจะยึดติดในวัตถุ การที่พุทธศาสนาเน้นเรื่องการให้ทานก็เพื่อที่จะได้ละการยึดติดในวัตถุ เพื่อจะได้มีอิสรภาพ อย่างพระเวสสันดรที่ท่านเน้นเรื่องทานก็เพราะว่าช่วยให้พระองค์ได้ละวางในสิ่งที่คนเรายึดถือว่าเป็นสิ่งที่สำคัญ โดยท่านมุ่งประโยชน์สูงสุดก็คือการเข้าถึงวิมุตติ คือ อิสรภาพ

● *แสดงว่าถ้าเรานึกถึงแต่ประโยชน์ของเราก็ได้บุญในด้านการทำประโยชน์ทางวัตถุ แต่ในแง่การยกระดับจิตใจยังไม่ได้รับ*



พุทธศาสนาถือว่าอานิสงส์ของบุญมี ๓ ขั้น ขั้นแรกเรียกว่าทิฏฐธัมมิกัตถะ หรือประโยชน์เบื้องต้น เช่นการมีปัจจัยสี่เลี้ยงชีพ ไม่ยากไร้ เวลาเราใส่บาตรประโยชน์ส่วนนี้เกิดขึ้นกับพระ คือท่านมีอาหารฉันเวลาเราถวายข้าวสารอาหารแห้งหรือถวายอุปกรณ์เครื่องใช้แก่พระ ก็เกิดประโยชน์ส่วนนี้ขึ้นมา

ขั้นที่ ๒ คือเกิดประโยชน์ที่เรียกว่าสัมปรายิกัตถะ หมายถึงการมีจิตใจผ่องใสสบาย ปราศจากความเศร้าหมองขุ่นมัว คนเป็นอันมากมุ่งอานิสงส์ข้อนี้ โดยเชื่อว่าบุญที่สะสมในชาตินี้จะอำนวยผลให้มีความสุขในภพหน้า

ประโยชน์ขั้นที่ ๓ ก็คือปรมัตถะ หมายถึงนิพพานหรือความเป็นอิสระอย่างสมบูรณ์ อันเกิดจากการละวางความยึดถือในตัวตน ถ้าเราทำบุญโดยหวังแค่ตัดกรรมหรือหวังรวย ประโยชน์ที่เกิดขึ้นมีเพียง ๒ ประการ คือ ทิฏฐธรรมมิกัตถะ กับสัมปรายิกัตถะ แต่ว่ายังไปไม่ถึงที่สุดที่ควรจะได้ก็คือ ปรมัตถะ



ทำบุญให้ได้บุญ

● *เวลามีงานบุญ เจ้าภาพหวังจะให้งานออกมาดี เรียบร้อยถูกต้องที่สุด แต่ก็มักจะมีภาระให้ต้องจัดการหลายเรื่อง เป็นเหตุให้เกิดความขุ่นข้องขัดเคืองใจได้ง่าย คนจัดงานบุญควรวางใจอย่างไร เพื่อให้ได้บุญตามเจตนา*

อันนี้เป็นตัวอย่างให้เห็นว่าพิธีกรรมมีความจำเป็น เพราะว่าขณะที่เตรียมของถวายพระ หรือจัดการงานต่างๆ จิตใจเราจะขุ่นมัว แต่ว่าอย่างน้อยเราควรจะมีความสงบใจในช่วงที่เราถวายทาน การมีพิธีกรรมส่วนหนึ่งก็เพื่อทำให้คนที่กำลังวุ่นวายพอมารับศีล มาบูชาพระรัตนตรัย กล่าวนะโมอรหัง สัมมา ความวุ่นวายที่เกิดจากการทำงานเตรียมงานก็จะค่อยๆ สงบ

จิตก็จะเป็นสมาธิ ดีกว่าออกจากครัวแล้วก็มาถวายของให้พระเลย จิตก็ยังวุ่นวายอยู่ เพราะฉะนั้น นี่คือความจำเป็นที่คนโบราณต้องมีพิธีกรรมเพื่อให้คนที่กำลังวุ่นวายจากการเตรียมงานได้มีโอกาสน้อมจิตให้สงบ ซึ่งก็ทำให้ได้รับอานิสงส์ของบุญเพิ่มขึ้น

แต่ถ้าจะให้ดีกว่านั้น เราควรเตรียมจิตเตรียมใจสำหรับงานบุญโดยตระหนักอยู่เสมอว่า การที่เรามีสติในระหว่างที่เราทำงาน การที่เรามีสมาธิในระหว่างที่เราทำงานก็เป็นบุญ เป็นบุญมากด้วย ขณะเดียวกัน การระงับความหงุดหงิดขุ่นข้องหมองใจก็เป็นการปฏิบัติธรรมอย่างหนึ่งเหมือนกัน และมีความสำคัญมากด้วย ดังนั้นจึงควรเอางานบุญเป็นโอกาสที่จะได้ฝึกฝนตนเองทางจิตใจ

คนส่วนใหญ่มักจะมีความเครียดจากการเตรียมงานก็เพราะว่ากลัวว่าจะทำได้ไม่ดีหรือว่าได้เงินน้อยไป นั่นเป็นเพราะเราไปให้ความสำคัญกับเงินมากกว่าเรื่องของจิตใจ ถ้าเราทำโดยตระหนักว่าเจตนาและคุณภาพจิตเป็นสิ่งสำคัญกว่าเงิน แม้เงินจะได้น้อยแต่เราทำด้วยเจตนาดีมีความภาคภูมิใจที่ได้ทำ ก็เท่ากับได้บุญแล้ว นอกจากนั้นการวางจิตวางใจเช่นนี้ยังช่วยให้เราได้ฝึกการปล่อยวางด้วย ถ้าเราปล่อยวางเป็นก็จะได้รับอานิสงส์แห่งบุญมากขึ้น ดังนั้นจึงพึงระลึกว่า ระหว่างเตรียมงานก็เป็นการทำบุญด้วยอย่างหนึ่ง

ควรย้ำว่า พุทธศาสนาให้ความสำคัญกับจิตใจมากกว่าเงินหรือวัตถุ การทำบุญที่ใจจึงมีคุณค่ามากกว่าการทำบุญด้วยเงินหรือวัตถุ มีพุทธพจน์ตรัสว่า การสร้างวิหารถวายแก่พระสงฆ์ มีผลน้อยกว่า การมีจิตเลื่อมใสในพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ การมีจิตใจเลื่อมใสในพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ มีผลน้อยกว่าการรักษาศีล ๕ การรักษาศีล ๕ มีผลน้อยกว่า การเจริญเมตตาจิต แม้เพียงชั่วขณะ

ด้วยเหตุนี้เวลาทำบุญหรือเตรียมงานบุญเราจึงควรประคองจิตใจให้มีเมตตาอยู่เสมอ อย่าเผลอใจให้ความโกรธ ความเครียดมาครอบงำ



● *กรณีที่เราเป็นเจ้าภาพ จะต้องบอกบุญอย่างไรถึงจะไม่เป็นภาระกับผู้อื่น*

การบอกบุญคล้าย ๆ กับเป็นการเปิดโอกาสให้คนได้ทำดี อันนี้ก็เรียกว่าเป็นบุญอย่างหนึ่ง เรียกว่าปัตติทานมัย คราวนี้เราต้องตั้งจิตว่านี้เป็นการเปิดช่องให้คนได้ทำดีนะ เราอย่าไปยึดที่จำนวนเงินที่เราจะได้รับ หรืออย่าไปตั้งเป้าที่ตัวเงิน ถ้าเราไปให้ความสำคัญกับตัวเงินนี่เราจะทุกข์ ถ้าเกิดว่าเขาให้น้อยหรือบอกบุญแล้วเขาเฉย ไม่ได้ร่วมทำบุญ ก็อาจจะรู้สึกโมโห อันนี้ก็ไม่ได้บุญแล้ว เพราะบุญนี่เราต้องทำด้วยจิตที่เมตตา จิตที่เบิกบาน ทำแล้วจิตกลับหดหู่เศร้าหมอง เราก็ไม่ได้บุญ เรียกว่าทำบุญกลับได้บาป ต้องถือว่าเราเพียงแค่เปิดโอกาสให้คนทำดีก็เป็นบุญแล้ว

● *บางครั้งเราได้รับการบอกบุญ เช่น ซองผ้าป่า ซองกฐิน โดยเฉพาะช่วงเทศกาล เราร่วมทำบุญบริจาคด้วยความรู้สึกตัดรำคาญหรือเกรงใจเจ้าภาพ ถือว่าเราได้บุญหรือเปล่า*

เป็นการทำบุญเหมือนกัน แต่เป็นการทำบุญในแง่ที่ว่าก่อให้เกิดประโยชน์แก่ผู้รับ การให้ทานแก่ใครก็ตาม แม้กระทั่งมิจฉาชีพหรือสัตว์เดรัจฉานก็มีอานิสงส์ด้วยเช่นกัน แต่ว่าอานิสงส์แห่งบุญแบบนี้ จะบังเกิดน้อยลง หากเราทำบุญโดยไม่ได้มีความแช่มชื่นเบิกบานใจเลย เพราะบุญนั้นคือชื่อแห่งความสุข ถ้าทำแล้วไม่มีความสุข ก็แสดงว่าไม่เกิดบุญในใจเรา ดังนั้นเราจึงควรทำด้วยความเต็มใจ ด้วยความปรารถนาดี ไม่ได้ไปทำเพราะเกรงใจ และไม่ควรให้ความสำคัญกับจำนวนเงิน แต่ขอให้ทำด้วยเจตนาดี

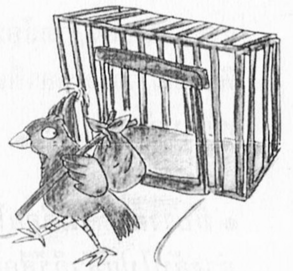
● *บางคนตัวเองทำบุญด้วยความเต็มใจ แต่วิธีการอาจจะเบียดเบียนตัวเองหรือครอบครัว เช่น ไปกู้เงินมาทำบุญหรือว่าเอาทรัพย์ซึ่งเป็นของครอบครัวไปทำบุญ โดยที่ญาติอาจจะไม่ได้เห็นดีด้วย อย่างนี้ถือเป็นการหลงบุญได้ไหม*

นี่เป็นเพราะเราไปเข้าใจว่าบุญหมายถึงการให้ทานเท่านั้น ฉะนั้นถ้าอยากจะทำบุญก็คิดว่าจะต้องให้ทานอย่างเดียวโดยไม่ได้คิดว่าทำความดีอย่างอื่นก็เป็นบุญเช่นกัน แม้จะไม่ได้ให้ทาน เมื่อเราคิดว่าต้องทำบุญด้วยวัตถุแล้ว ดังนั้นเมื่อไม่มีก็ต้องไปหามาให้ได้ จนกระทั่งไปกู้มา นี่เป็นความเข้าใจที่ไม่ถูกต้องในการทำบุญ

อีกเหตุผลหนึ่งคือความเข้าใจว่าบุญจะได้มากก็ต่อเมื่อให้มาก บุญขึ้นอยู่กับปริมาณของเงินที่ให้ ซึ่งไม่ใช่ แม้ให้เพียงเล็กน้อยแต่ให้ด้วยจิตที่ปรารถนาดี ให้ถูกต้องตามหลักสัปปุริสทานก็ได้บุญแล้ว ปัญหาอยู่ที่ผู้คนยังเข้าใจเรื่องบุญไม่ถูกต้อง ทำแล้วจึงเกิดความไม่สบายใจและทำให้คนอื่นพลอยเดือดร้อนไปด้วย

เราทุกคนควรระลึกอยู่เสมอว่าในฐานะที่เป็นคนในครอบครัว เราก็มีหน้าที่ต้องรับผิดชอบ การทำหน้าที่ให้ถูกต้องในฐานะที่เป็นพ่อแม่ ก็เป็นการทำบุญ เป็นการปฏิบัติธรรมเหมือนกัน ทีนี้ถ้าเราไม่ได้ทำหน้าที่ถูกต้องเพราะเราไปสร้างหนี้สิน ก่อความเดือดเนื้อร้อนใจแก่ผู้อื่น แม้จะเป็นการกระทำในนามของการทำบุญก็ตาม ก็ไม่ถือว่าเป็นการปฏิบัติธรรมที่ถูกต้อง

● อย่างกรณีที่เราทำบุญ ซึ่งอาจจะไปสนับสนุนการเอารัดเอาเปรียบผู้อื่น เช่นเราปล่อยนกปล่อยปลา เป็นการสนับสนุนให้มีคนไปจับสัตว์มาขาย หรือเวลาเราตักบาตร โดยซื้อจากร้านค้าที่เขาเอาอาหารมาเวียนขาย กรณีแบบนี้เราควรจะมีท่าทีต่อการทำบุญด้วยวิธีเหล่านี้อย่างไร



การทำบุญดังกล่าว ความจริงก็ได้บุญอยู่แล้ว เพราะเราไม่มีเจตนาร้าย เราต้องการให้นกให้ปลาได้อิสรภาพที่เป็นจริง เราถวายอาหารให้แก่พระ เราก็ทำด้วยเจตนาดี แต่ส่วนใหญ่ทำไปโดยไม่รู้หรือแม้กระทั่งไม่ใส่ใจว่าจะเกิดผลอย่างไรกับนกกับปลาที่ปล่อย อะไรจะเกิดขึ้นกับอาหารที่ถวายพระ ด้วยเหตุนี้การทำบุญจึงต้องมีสิ่งหนึ่งเข้ามาประกอบด้วยนั่นก็คือการมีปัญญาและการมีสติ

การมีปัญญาและการมีสติคือการทำด้วยความตระหนักรู้ ในทางพุทธศาสนา ในหลักคำสอนเรื่องสัปปุริสทานคือการให้ทานแบบสัปบุรุษ พระพุทธองค์ท่านให้ความสำคัญแก่ปัญญาด้วย คือพึงให้โดยรู้ว่าของที่ให้มีประโยชน์แก่ผู้รับหรือไม่เพียงใด ถ้าทำโดยไม่รู้เรื่องเลยว่าของที่ให้นั้นมีประโยชน์แก่ผู้รับหรือไม่ ก็ได้บุญน้อย เช่น ถวายเหล้า บุหรี่ ยาชุด ยาซองหรือสิ่งที่ไม่เหมาะสมแก่พระ

เพราะฉะนั้นเราต้องมี ความตระหนักรู้ มีสติ มีปัญญา ควบคู่ไปกับการทำบุญ ต้องพิจารณาด้วยว่าสิ่งที่เราให้มีประโยชน์แค่ไหน ดังมีพุทธพจน์บอกว่าการให้อย่างเลือกเฟ้นหรือวิไจยทานเป็นการกระทำที่พระพุทธเจ้าทรงสรรเสริญ ดังนั้นแทนที่จะหลับหูหลับตาให้ เราควรให้ด้วยการพิจารณาไตร่ตรอง ใคร่ครวญว่าของที่เราให้นั้นมีประโยชน์แก่ผู้รับไหม ก่อผลกระทบอย่างไรบ้าง (สมัยนี้ควรต้องพิจารณารวมไปถึงผล

กระทบต่อสิ่งแวดล้อมด้วย) เช่นเราจะปล่อยนกปล่อยปลา เราก็ต้องพิจารณาว่านกปลาที่เราปล่อยนั้นได้รับอิสรภาพจริงอย่างที่เราต้องการหรือเปล่า

● *มีบางคน ไม่ค่อยได้ดูแลพ่อแม่ในระหว่างมีชีวิตอยู่ หลังจากพ่อแม่ล่วงลับไปแล้วก็รู้สึกเสียใจอยากที่จะทดแทนบุญคุณ ควรจะทำบุญแบบไหนถึงจะเรียกว่าเป็นการทดแทนบุญคุณพ่อแม่ได้*

การทำบุญทดแทนพ่อแม่ที่ดีก็คือขณะที่ท่านยังมีชีวิตอยู่ เพราะว่าเป็นหลักประกันแน่นอนว่า ท่านจะได้รับประโยชน์เต็มที่ แต่ถ้าเราหวังไปทำบุญหลังจากที่ท่านจากไปแล้ว เราก็ไม่แน่ใจว่าท่านจะได้รับประโยชน์อย่างที่เราต้องการหรือเปล่า ชาติหน้ามีจริงหรือเปล่าเราก็พูดด้วยความมั่นใจไม่ได้

ในกรณีที่ท่านล่วงลับไปแล้วการทำบุญตามประเพณีก็ได้อยู่ ขึ้นชื่อว่าบุญแล้วทำได้หลายอย่าง การทำประโยชน์และการให้ทานแก่ผู้เดือดร้อนก็เป็นการทำบุญให้แก่ผู้ตายได้โดยอุทิศส่วนกุศลไปให้ท่าน

● *เมื่อมีคนมาบอกบุญ เราควรวางจิตใจอย่างไรจึงถือเป็นการอนุโมทนาบุญที่ได้ประโยชน์จริง ๆ*

เราชื่นชมยินดีในการกระทำ การริเริ่มของคนผู้นั้น และเราก็ทำด้วยเจตนาดี ไม่ได้ระแวงสงสัยว่าเขาทำไปเพื่อประโยชน์ส่วนตัวหรือเพื่อความเด่นความดัง เรามีความศรัทธาชื่นชมยินดีในสิ่งที่เขาทำ ไม่ได้หงุดหงิดรำคาญใจหรือนินทาลับหลัง อันนี้คือความหมายของอนุโมทนา ถ้าเรามีจิตใจอย่างนี้ จิตใจเราก็เป็นสุข เป็นกุศลเกิดขึ้นในใจ ถึงแม้ว่าเราไม่ได้เข้าไปมีส่วนร่วมเต็มที่ เรียกว่า ปัตตานุโมทนา ก็เป็นบุญได้เหมือนกัน

ภาคผนวก

● พิธีกรรม



พิธีกรรม

□ กราบ ๓ ครั้ง กราบ ๕ ครั้ง

กราบครั้งแรกเป็นการสักการะพระพุทธเจ้าที่ท่านได้ตรัสรู้และสั่งสอนธรรมแก่สัตว์โลก กราบครั้งที่ ๒ เป็นการสักการะพระธรรมที่พระพุทธองค์ตรัสรู้ และกราบครั้งที่ ๓ เป็นการสักการะพระสงฆ์ที่ท่านประพฤติปฏิบัติตามคำสั่งสอนและบรรลุธรรมได้จริง

การกราบที่เพิ่มขึ้นมาอีก ๒ ครั้ง คือ กราบคารวะคุณมารดาบิดาที่ท่านได้ให้กำเนิดและเลี้ยงดูเรามา และกราบครั้งที่ ๕ คือ กราบคารวะคุณครูบาอาจารย์ที่ได้สอนสั่งวิชาการแก่เรา คุณครูบาอาจารย์ในที่นี้รวมหมดทั้งครูบาอาจารย์ที่เป็นครูอาจารย์ทางโลกและครูอาจารย์ทางธรรมที่เป็นนักบวช

โดยทั่วไปมักกราบ ๓ ครั้ง ส่วนกราบ ๕ ครั้ง มักใช้กับการสวดมนต์ทำวัตร หรือสวดมนต์ก่อนนอนสุดแท้แต่บุคคลที่จะเคารพสิ่งอื่น นอกเหนือไปจากพระรัตนตรัย

□ นมการคาถา

คำกล่าวนมการคาถา

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ

ขอนอบน้อมแด่พระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์นั้น ซึ่งเป็นผู้ไกลจากกิเลส ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

เป็นวัตรปฏิบัติที่ดีของชาวพุทธ ก่อนจะทำพิธีกรรมอันใดก็มีการกล่าวคำนอบน้อมต่อพระพุทธเจ้าเสมอ เป็นเสมือนเครื่องเตือนสติเตือนใจในตัวตนว่าต้องอ่อนน้อมถ่อมตนอยู่เสมอ โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับพระศาสดาแห่งศาสนาที่เรานับถือ อันจะทำให้บรรยากาศของพิธีกรรมต่างๆ ที่กำลังเริ่มนั้นเป็นไปด้วยความสงบ

□ ไตรสรณคมน์

คำกล่าวไตรสรณคมน์

พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ

ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ

สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ

ทุติยัมปิ พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ

ทุติยัมปิ ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ

ทุติยัมปิ สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ
ตะติยัมปิ พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ
ตะติยัมปิ ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ
ตะติยัมปิ สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ

เป็นพิธีกรรมที่ทรงคุณค่าอีกพิธีหนึ่ง เนื้อความว่าด้วยการน้อมรับพระพุทธเจ้า พระธรรม และพระสงฆ์เป็นสรณะ เป็นเครื่องกำจัดภัยได้จริง

พระพุทธเจ้าทรงนำทางชีวิตให้เราได้พบกับแสงสว่าง พระธรรมให้เราได้เรียนรู้ความรัก ความเมตตากรุณาต่อเพื่อนมนุษย์ และปัญญาแห่งการบรรลุธรรม พระสงฆ์คือผู้ที่มีชีวิตเป็นตัวอย่างให้เราได้เห็นถึงชีวิตที่บรรสานสอดคล้องกับธรรมชาติ และปฏิบัติกับเพื่อนมนุษย์ด้วยความรักความเมตตากรุณาและด้วยความตื่นอยู่เสมอ

พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ ปรากฏอยู่ทั่วทุกมุมของจักรวาลในแต่ละตัวบุคคลตลอดจนสรรพสิ่ง การถือเอาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์เป็นสรณะหมายความว่าเรามีความเชื่อมั่นในตัวเองว่าเราจะสามารถเป็นผู้ตื่นได้ โดยเราสามารถปฏิบัติตนได้ตามครรลองของพระอริยมรรคเพื่อตัวเราเองและเพื่อสังคมของเรา

□ อาราธนาศีล ๕

คำอาราธนาศีล ๕

มะยัง ภันเต วิสุง วิสุง รักขะณัตถายะ
ติสะระเณนะ สะหะ ปัญจะ สีลานิ ยาจามะ

ทุติยัมปิ มะยัง ภันเต วิสุง วิสุง รักขะณัตถายะ
ติสะระเณนะ สะหะ ปัญจะ สีลานิ ยาจามะ

ตะติยัมปิ มะยัง ภันเต วิสุง วิสุง รักขะณัตถายะ
ติสะระเณนะ สะหะ ปัญจะ สีลานิ ยาจามะ

ข้าแต่ท่านผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอสมาทานศีล ๕ โดยมีท่านเป็นพยาน พร้อมด้วยไตรสรณคมน์ เพื่อประโยชน์แห่งการรักษาเป็นข้อ ๆ

□ สมาทานศีล ๕

ขณะสมาทานศีล ๕ ควรพิจารณาตามไปด้วยดังนี้

ศีลข้อที่ ๑

เว้นจากการฆ่า ห้ามมิให้ผู้อื่นฆ่า จงหาทางทุกวิธีที่เป็นไปได้เพื่อรักษาชีวิตของผู้อื่นและสัตว์อื่นไว้ อย่าดำรงชีพให้เป็นโทษแก่เพื่อนมนุษย์ด้วยกัน สัตว์ และธรรมชาติ

ศีลข้อที่ ๒

เว้นจากการลักทรัพย์ อย่ามีของอันควรเป็นของผู้อื่น เคารพทรัพย์สินของผู้อื่น ไม่พึงปล่อยให้มีการสร้างความร่ำรวยขึ้นมาจากความทุกข์ยากของสรรพสิ่งบนพื้นโลก

ศีลข้อที่ ๓

เว้นจากการประพฤติผิดในกาม การแสดงออกทางเพศควรประกอบไปด้วยความรัก ความไยดีต่อกันในช่วงกาลเวลายาวนาน พึงสังวรไว้ว่าเราอาจทำให้ผู้อื่นได้รับความทุกข์จากผลแห่งการกระทำของเรา เราจะรักษาความสุขของเราและของผู้อื่นได้ก็ต่อเมื่อเราเคารพสิทธิของผู้อื่น ตลอดจนความรู้สึกนึกคิดของเรา

ศีลข้อที่ ๔

เว้นจากวจีทุจริต ไม่พูดในสิ่งที่ไม่เป็นความจริง เว้นจากการขยายข่าวที่เราก็ยังไม่เชื่อมั่นว่าเป็นจริง ไม่ติ ไม่ประณามในสิ่งที่เรายังไม่แน่ใจ ไม่เอ่ยคำที่จะทำให้เกิดความแตกแยกหรือเกิดความเกลียดชัง หรือคำที่ทำให้ความสามัคคีแตกสลายได้

ศีลข้อที่ ๕

เว้นจากการเสพสุรายาเมาทุกชนิด เราพึงรำลึกไว้เสมอว่า เราได้ร่างกายนี้มาจากพ่อแม่ และบรรพชน เราจะใช้ยาเสพติดทำลายตัวเอง ทำลายบรรพชน ทำลายอนุชน ตลอดจนปัจจุบันและอนาคตของเราเอง อย่างนั้นหรือ เมื่อเราขาดสติแล้วสิกขาบทอื่นๆ อีก ๔ ข้อ เราก็ย่อมล่วงละเมิดได้โดยง่าย

ศีล ๕ มีความวิเศษและมหัศจรรย์ ช่วยปกปักรักษาชีวิตและช่วยให้เกิดความงอกงามภายใน ศีล ๕ ช่วยให้เดินทางไปสู่ความสุข ความสงบ ความหลุดพ้น และความตื่น ศีลเป็นพื้นฐานที่จะทำให้แต่ละคนมีความสุข ให้ครอบครัวมีความสุข สังคมมีความสุข

ภายหลังจากรับศีล ๕ เสร็จ พระท่านจึงสรุปว่า

สีเลนะ สุคะติง ยันติ *ศีลทำให้มีความสุข*
สีเลนะ โภคะสัมปะทา *ศีลทำให้มีโภคทรัพย์*
สีเลนะ นิพพุติง ยันติ *ศีลทำให้ได้ไปนิพพาน*
ตัสมา สีลัง วิโสธะเย *ดังนั้น พึงรักษาศีลให้บริสุทธิ์*

การรับศีล ควรเป็นไปด้วยความตั้งใจจึงจะเกิดผล ไม่ใช่ตั้งใจขณะรับ แต่ต้องตั้งใจตลอดทันทีภายหลังจากรับศีลเรียบร้อยแล้วด้วย การรับศีลเดือนละครั้งเป็นการดี อย่างน้อยเพื่อเป็นการตรวจสอบตัวเอง ทบทวนตัวเอง เพื่อการเจริญงอกงามภายใน และเพื่อการศึกษาปฏิบัติของเราจะได้เจริญงอกงามและลึกซึ้งตามสิกขาบททั้งห้านั้นยิ่ง ๆ ขึ้นไปทุกวัน แต่หากการรับศีลเป็นไปอย่างนกแก้วนกขุนทองแล้ว การรับศีลนั้นก็คงไม่มีความหมายเช่นกัน

□ อาราธนาธรรม

คำอาราธนาธรรม

พรัหมา จะ โลกาธิปตี สะหัมปะติ
กัตอัญชะลี อันธิวะรัง อะยาจะถะ
สันตีธะ สัตตาปปะระชักขะชาติกา
เทเสตุ ธัมมัง อะนุกัมปิมัง ปะชัง

ท้าวสหัมบดีพรหม ผู้เป็นอธิบดีของโลก ได้กระทำอัญชลีกร กราบทูลวิงวอนพระผู้มีพระภาคผู้ประเสริฐว่า สัตว์ทั้งหลายผู้มีธุลีคือกิเลสในปัญญาจักษุน้อยเบาบาง มีอยู่ในโลกนี้ ขอพระผู้มีพระภาคเจ้าจงแสดงธรรมอนุเคราะห์หมู่สัตว์โลกนี้เถิด

การทำบุญในพุทธศาสนา ประกอบด้วย ๓ วิธีการใหญ่ๆ คือ ทาน ศีล ภาวนา ด้วยเหตุนี้ เมื่อมีการทำบุญตามประเพณีไม่ว่าในงานมงคลหรืออวมงคล นอกจากจะมีการถวายภัตตาหารแก่พระสงฆ์ และสมาทานศีลแล้ว ที่มักขาดไม่ได้คือการฟังธรรมจากพระสงฆ์ การฟังธรรมจัดว่าเป็นบุญฝ่ายภาวนามัย คือการพัฒนาจิตใจให้เกิดปัญญา มีความรู้ความเข้าใจในความเป็นจริงของชีวิต เพื่อจะได้ไม่เข้าไปในความทุกข์

ประเพณีการฟังธรรมนั้น เริ่มต้นด้วยการอาราธนาธรรมจากพระสงฆ์ก่อน เพราะพระสงฆ์จะแสดงธรรมอย่างเป็นทางการได้ ต่อเมื่อมีผู้นิมนต์ การอาราธนาธรรมยังเป็นพิธีกรรมที่มุ่งเตรียมจิตใจของญาติโยมให้พร้อมแก่การฟังธรรม การแสดงธรรมนั้นจะเกิดผลดีอย่างเต็มที่เมื่อผู้ฟังเปิดใจพร้อมรับฟังธรรม

□ อาราธนาพระปริตร

คำอาราธนาพระปริตร

วิปัตติปะฏิพาหายะ สัพพะสัมปัตติสิทธิยา
สัพพะทุกขะวินาสายะ ปะริตตัง พรูถะ มังคะลัง
วิปัตติปะฏิพาหายะ สัพพะสัมปัตติสิทธิยา

สัพพะภะยะวินาสายะ	ปะริตตัง พรูถะ มังคะลัง
วิปัตติปะฏิพาหายะ	สัพพะสัมปัตติสิทธิยา
สัพพะโรคะวินาสายะ	ปะริตตัง พรูถะ มังคะลัง

ขอพระคุณเจ้า จงสวดพระปริตร อันเป็นมงคล เพื่อป้องกันความวิบัติ เพื่อความสำเร็จแห่งสมบัติทั้งปวง เพื่อให้ทุกข์ ทั้งหมดพินาศไป

ขอพระคุณเจ้า จงสวดพระปริตร อันเป็นมงคล เพื่อป้องกันความวิบัติ เพื่อความสำเร็จแห่งสมบัติทั้งปวง เพื่อให้ภัย ทั้งหมดพินาศไป

ขอพระคุณเจ้า จงสวดพระปริตร อันเป็นมงคล เพื่อป้องกันความวิบัติ เพื่อความสำเร็จแห่งสมบัติทั้งปวง เพื่อให้โรค ทั้งหมดพินาศไป

พระปริตรเป็นบทสวดที่มาจากพุทธวัจนะเป็นส่วนใหญ่ เรียกอีกฝ่ายหนึ่งว่าพุทธมนต์ เนื่องจากเป็นพุทธมนต์ จึงถือว่าพระปริตรมีอานุภาพในทางปกป้องอันตรายทั้งปวง พระสงฆ์นิยมสวดในงานมงคล (เรียกว่าเจริญพุทธมนต์) เพื่อให้เกิดสวัสดิมงคล ปราศจากโรคาพยาธิ และภัยพิบัติ ในการทำบุญอุทิศแก่ผู้ตายก็นิยมสวดเช่นกัน (เรียกว่าสวดพุทธมนต์)

พุทธมนต์นี้เป็นภาษาบาลีทั้งหมด ล้วนมีความหมายในทางธรรม เช่น พรรณนาคุณของพระรัตนตรัย อีกทั้งยังประกอบด้วยข้อธรรมคำสอนเพื่อการดำเนินชีวิตที่ผาสุก แม้ผู้ฟังจะไม่รู้ความหมาย แต่หากน้อมใจให้สงบระหว่างพระสวด จนเกิดเป็นสมาธิ ความเย็นใจ ก็ถือว่าเป็นบุญกุศลเช่นกัน เพราะบุญหมายถึงเครื่องชำระใจให้สะอาด ปราศจากสิ่งมัวหมอง

□ บังสุกุล

คำพิจารณาบังสุกุล

อะนิจจา วะตะ สังขารา　　อุปปาทะวะยะธัมมิโน

อุปปัชชิตวา นิรุชฌันติ　　เตสัง วูปะสะโม สุโข

สังขารทั้งหลาย มีความไม่เที่ยง เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และเสื่อมไปเป็นธรรมดา เกิดขึ้นแล้วย่อมดับสลายไป การเข้าไปทำความสงบแห่งสังขารทั้งหลายเหล่านั้น เป็นเหตุแห่งความสุข

เป็นคาถาที่เรามักจะได้ยินบ่อยในงานศพ เวลาที่พระท่านชักผ้าบังสุกุลหน้าศพ คาถานี้พระท่านยังสวดเวลาทำบุญอุทิศให้ผู้ตายอีกด้วย พิจารณาตามคำแปลข้างต้นแล้วจะเห็นได้ว่าเป็นคำสวดที่ไพเราะและมีความหมายลึกซึ้งมาก วรรคสุดท้ายที่บอกว่า *“การเข้าไปทำความสงบแห่งสังขารทั้งหลายเหล่านั้น เป็นเหตุแห่งความสุข”* มีความหมายลึกซึ้งไปถึงว่า การเข้าไปสงบกิเลสที่ผูกมัดจิต หรือการเข้าไปทำลายอาการปรุงแต่งของกิเลส ทำให้จิตเกิดความสงบ เป็นเหตุแห่งความสุขสูงสุดคือพระนิพพานทีเดียว นับเป็นคาถาที่สอนคนที่ยังมีชีวิตอยู่และมีความหมายกินใจไม่น้อย

□ ถวายข้าวพระพุทธ ลาข้าวพระพุทธ

คำถวายข้าวพระพุทธ

อิมัง สูปะพยัญชะนะสัมปันนัง สาลีนัง โอทะนัง

อุทะกัง วะรัง พุทธัสสะ ปูเชมิ

ข้าพเจ้าขอบูชาโภชนาหาร พร้อมด้วยแกงและกับข้าว และน้ำอันประเสริฐนี้แด่พระพุทธเจ้า

คำลาข้าวพระพุทธ

เสสัง มังคะลัง ยาจามิ

ข้าพเจ้า ขอสิ่งที่เหลืออันเป็นมงคล

แน่นอนว่าพระพุทธเจ้าท่านคงไม่ฉันอาหารที่เราประเคนให้ท่านผ่านองค์พระพุทธรูปอยู่แล้วเพราะพระองค์ได้ "ปรินิพพาน" ไปนานแล้ว แต่เราสามารถเปลี่ยนมุมมองเสียใหม่ก็ได้ว่า เรานำอาหารมาบูชาท่านเหมือนกับที่เรานำดอกไม้ธูปเทียนมาบูชาท่าน อะไรก็ตามที่เราตั้งใจจัดหามาบูชาด้วยความสุจริตใจถือว่าเป็นเครื่องสักการะได้ทั้งสิ้น ขอเพียงเข้าใจว่าท่านไม่ได้มีจิตวิญญาณมาฉันอาหารของเราเท่านั้นเอง

พิธีกรรมนี้มีมานานแล้ว คนรุ่นใหม่ที่ชอบตั้งคำถามเกี่ยวกับพิธีกรรมคงต้องเรียนรู้ในการเปลี่ยนมุมมอง แทนที่จะยกของเก่าทิ้งไปทั้งหมดหาไม่แล้วอาจไม่เข้าใจในภูมิปัญญาของคนโบราณและกุศโลบายที่แฝงอยู่ในพิธีกรรมต่าง ๆ

□ กรวดน้ำ

กรวดน้ำอิมินา

อิมินา ปุญญะกัมเมนะ อุปัชฌายา คุณุตตะรา
อาจริยูปะการา จะ มาตาปิตา จะ ญาตะกา
สุริโย จันทิมา ราชา คุณะวันตา นะราปิ จะ
พรัหมะมารา จะ อินทา จะ โลกะปาลา จะ เทวะตา
ยะโม มิตตา มะนุสสา จะ มัชฌัตตา เวริกาปิ จะ
สัพเพ สัตตา สุขี โหนตุ ปุญญานิ ปะกะตานิ เม
สุขัง จะ ติวิธัง เทนตุ ขิปปัง ปาเปถะ โว มะตัง
อิมินา ปุญญะกัมเมนะ อิมินา อุททิเสนะ จะ
ขิปปาหัง สุละเภ เจวะ ตัณหุปาทานะเฉทะนัง
เย สันตาเน หินา ธัมมา ยาวะ นิพพานะโต มะมัง
นัสสันตุ สัพพะทา เยวะ ยัตถะ ชาโต ภะเว ภะเว
อุชุจิตตัง สะติปัญญา สัลเลโข วิริยัมหินา
มารา ละภันตุ โนกาสัง กาตุญจะ วิริเยสุ เม
พุทธาทิปะวะโร นาโถ ธัมโม นาโถ วะรุตตะโม
นาโถ ปัจเจกะพุทโธ จะ สังโฆ นาโถตตะโร มะมัง
เตโสตตะมานุภาเวนะ มาโรกาสัง ละภันตุ มา

คำแปลบทกรวดน้ำอิมินา

ด้วยบุญนี้อุทิศให้ อุปัชฌาย์ผู้เลิศคุณ
แลอาจารย์ผู้เกื้อหนุน ทั้งพ่อแม่แลปวงญาติ
สูรย์จันทร์แลราชา ผู้ทรงคุณหรือสูงชาติ
พรหมมารและอินทราช ทั้งทวยเทพและโลกบาล
ยมราชมนุษย์มิตร ผู้เป็นกลางผู้จ้องผลาญ
ขอให้เป็นสุขศานต์ิ ทุกทั่วหน้าอย่าทุกข์ทน
บุญผองที่ข้าทำ จงช่วยอำนวยศุภผล
ให้สุขสามอย่างล้น ให้ลุถึงนิพพานพลัน
ด้วยบุญนี้ที่เราทำ แลอุทิศให้ปวงสัตว์
เราพลันได้ซึ่งการตัด ตัวตัณหาอุปาทาน
สิ่งชั่วในดวงใจ กว่าเราจะถึงนิพพาน
มลายสิ้นจากสันดาน ทุก ๆ ภพที่เราเกิด
มีจิตตรงและสติ ทั้งปัญญาอันประเสริฐ
พร้อมทั้งความเพียรเลิศ เป็นเครื่องขูดกิเลสหาย
โอกาสอย่าพึงมี แก่หมู่มารสิ้นทั้งหลาย
เป็นช่องประทุษร้าย ทำลายล้างความเพียรจม
พระพุทธผู้บวรนาถ พระธรรมที่อุดม
พระปัจเจกพุทธะ สมทบพระสงฆ์ที่พึ่งผยอง
ด้วยอานุภาพนั้น ขอหมู่มารอย่าได้ช่อง
ด้วยเดชบุญทั้งสิบป้อง อย่าเปิดโอกาสแก่มารเทอญ

คำกรวดน้ำแบบสั้น

อิทัง เม ญาตินัง โหตุ สุขิตา โหนตุ ญาตะโย

ขอบุญนี้จงสำเร็จแก่ญาติทั้งหลายของข้าพเจ้า ขอญาติทั้งหลายจงเป็นสุข ๆ เถิด

คำกรวดน้ำมีทั้งแบบสั้นและแบบยาว เลือกใช้ได้ตามสะดวก กล่าวคำกรวดน้ำในใจหรือสวดเบา ๆ เวลาที่พระท่านสวด "ยะถา - สัพพี" ขณะที่หยาดน้ำลงภาชนะก็ไม่ต้องใช้นิ้วรอง คนที่อยู่ห่าง ๆแค่พนมมือก็พอ ไม่จำเป็นต้องกรูกันเข้ามาแตะตัวจนกลายเป็นพวง จะทำให้ดูไม่สงบ

ช่วงเวลาที่พระให้พรเป็นช่วงเวลาที่เราจะได้ทำสมาธิภาวนาไปด้วยในตัว หยุดการพูดคุย เอาจิตน้อมไปที่เสียงสวดเป็นอารมณ์และแผ่เมตตาบุญกุศล จิตจะได้เรียนรู้ถึงสมาธิ เมตตา และการเผื่อแผ่ มือก็พนม จิตก็นมัสการพระธรรม

สำหรับบทกรวดน้ำหากยาวไปและจำไม่ได้ คิดคำพูดเป็นภาษาไทยก็ได้ว่าแผ่ให้ใครบ้างทั้งมนุษย์โลก สวรรค์ สรรพสัตว์ ทั้งที่มองเห็นและมองไม่เห็น จากนั้นก็นำน้ำที่กรวดไปเทลงดิน ไม่จำเป็นต้องเทใต้ต้นไม้ ขณะที่เทก็น้อมใจอุทิศบุญกุศลให้แก่คนที่เราต้องการแผ่บุญกุศลไปให้ เป็นอันเสร็จพิธีกรวดน้ำ

□ แผ่เมตตา

คำแผ่เมตตา

สัพเพ สัตตา	*สัตว์ทั้งหลาย ที่เป็นเพื่อนทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกันหมดทั้งสิ้น*
อะเวรา	*จงเป็นสุข ๆ เถิด อย่าได้มีเวรแก่กันและกันเลย*
อัพยาปัชฌา	*จงเป็นสุข ๆ เถิด อย่าได้เบียดเบียนซึ่งกันและกันเลย*
อะนีฆา	*จงเป็นสุข ๆ เถิด อย่าได้มีความทุกข์กายทุกข์ใจเลย*

สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุ

จงมีความสุขกายสุขใจ รักษาตนให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเถิด ท่านทั้งหลายที่ได้ทุกข์ขอให้พ้นจากทุกข์ ท่านทั้งหลายที่ท่านได้สุข ขอให้สุขยิ่ง ๆ ขึ้นไป

แผ่เมตตาไม่อาจทำได้ด้วยวาจาเพียงอย่างเดียว แต่ต้องทำที่ใจ ทำมาจากใจเท่านั้น ที่สุดแล้วแผ่เมตตาก็เป็นภาวนาชั้นดีอีกวิธีหนึ่งในหลาย ๆ วิธีของการเจริญสติที่ช่วยลดความเครียดในใจ ช่วยลดความรุนแรงในสังคม แล้วยังทำให้จิตผ่องใสอีกด้วย มีผลให้แก่ช้าลง

□ สวดมนต์ก่อนนอน

นอกจากจะเป็นพิธีกรรมส่วนตัวที่สามารถทำเองคนเดียวได้แล้วยังเป็นการทำความดีก่อนนอน ก่อนที่จะหมดเวลาไปอีกหนึ่งวัน และเป็นความดีที่ไม่ต้องเสียเงินจริง ๆ หลายคนสงสัยไม่รู้จะสวดบทอะไรดี แนะนำว่าเป็นบทสรรเสริญพระรัตนตรัย (อิติปิโส ๓ ห้อง) เพราะถือว่าเป็นสิ่งยึดเหนี่ยวในใจของพวกเราชาวพุทธอยู่แล้ว นอกจากนี้ยังมีคาถาอื่นอีกมากมาย เช่น คาถาชินบัญชร ยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎก เป็นบทอะไรก็ดีทั้งนั้นเพราะแต่ละบทสวดแล้วก็เป็นมงคลต่อผู้สวดทั้งสิ้น จบด้วยบทกรวดน้ำ แผ่เมตตา และเข้านอน

โดยมากเรามักทิ้งศาสดาของเราให้โดดเดี่ยว ไม่ยอมไปเข้าเฝ้าท่านบ้าง หรือจะเข้าเฝ้าก็ในยามเกิดทุกข์เหตุเภทภัย โดยร้องอุทานว่า "คุณพระช่วย!" ออกบ่อย ๆ คืนนี้ก่อนเข้านอนอย่าลืมไปนมัสการท่านบ้าง

□ ถวายสังฆทาน

คำถวายสังฆทานแบบสามัญ

อิมานิ มะยัง ภันเต ภัตตานิ สะปะริวารานิ ภิกขุสังฆัสสะ โอโณชะยามะ สาธุ โน ภันเต ภิกขุสังโฆ อิมานิ ภัตตานิ สะปะริวารานิ ปะฏิคคัณหาตุ พุทธะสาสะนัสสะ จิรัฏฐิติยา เจวะ อัมหากัญจะ ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ

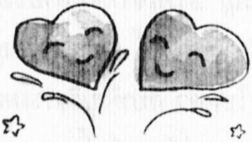
ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอน้อมถวายภัตตาหารกับทั้งบริวารเหล่านี้ แก่พระภิกษุสงฆ์ ขอพระภิกษุสงฆ์ จงรับภัตตาหารกับ

ทั้งบริวารเหล่านี้ ของข้าพเจ้าทั้งหลาย เพื่อความดำรงยั่งยืนนานแห่งพระบวรพุทธศาสนา พร้อมทั้งเพื่อประโยชน์และความสุข แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย สิ้นกาลนาน เทอญ

คำถวายสังฆทานอุทิศผู้ตาย

อิมานิ มะยัง ภันเต มะตะกะภัตตานิ สะปะริวารานิ ภิกขุสังฆัสสะ โอโณชะยามะ สาธุ โน ภันเต ภิกขุสังโฆ อิมานิ มะตะกะภัตตานิ สะปะริวารานิ ปะฏิคคัณหาตุ อัมหากัญเจวะ มาตาปิตุอาทีนัญจะ ญาตะกานัง กาละกะตานัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลายขอน้อมถวายภัตตาหารเพื่อผู้ล่วงลับไปแล้ว กับทั้งบริวารเหล่านี้ แก่พระภิกษุสงฆ์ ขอพระภิกษุสงฆ์จงรับภัตตาหารเพื่อผู้ล่วงลับไปแล้ว กับทั้งบริวารเหล่านี้ ของข้าพเจ้าทั้งหลาย เพื่อประโยชน์และความสุข แก่ข้าพเจ้าทั้งหลายด้วย แก่ญาติของข้าพเจ้าทั้งหลาย มีมารดาบิดาเป็นต้นผู้ล่วงลับไปแล้วด้วย สิ้นกาลนาน เทอญ



เรื่องของคนทำดี





แมวกับคนหาปลา

ครอบครัวของดิฉันชอบไปทำบุญทำสังฆทานที่วัดบางนาในและปล่อยสัตว์ที่วัดบางนานอก ซึ่งเป็นวัดที่ติดอยู่ริมแม่น้ำ มีความสงบร่มเย็น

วันที่ครอบครัวของดิฉันไปปล่อยปลาตามปกตินั้น ริมตลิ่งน้ำแห้งจนเห็นโขดหิน เราก็สังเกตุเห็นชายคนหนึ่งเดินเลาะตามริมตลิ่ง และมีแมวตัวหนึ่งเดินนำหน้า ในใจก็คิดว่านี่มันเขตวัด เขตอภัยทาน ทำไมไม่กลัวบาปบ้างนะ แต่ก็ไม่ได้พูดอะไร และก็ยืนดูกันเฉยๆ

สักครู่หนึ่งแมวที่เดินนำหน้าก็หยุดเดิน และทำท่างัดซอกหิน พร้อมกับร้องเมี้ยวๆ สักพักชายคนดังกล่าวก็เดินตามมาและก็ก้มลงและเอามือล้วงเข้าไปในซอกโขดหิน และหยิบปลาออกมาตัวหนึ่ง เป็นปลาตัวใหญ่ตอนนั้นคิดว่าชายคนนั้นคงจะนำเก็บเอาไปทำอาหาร แต่ผิดถนัด เขานำปลาเดินไปริมน้ำและปล่อยให้ว่ายลงน้ำไป พวกเราก็เลยยืนดูเรื่อยๆ

จำได้ว่าเห็นเขาช่วยปลาที่ค้างอยู่ตามโขดหินได้หลายตัวมาก ครอบครัวของดิฉันรู้สึกชื่นชมในความใจบุญของเขามาก และชื่นชมในความฉลาดของเขาที่ใช้แมวเป็นสื่อช่วยในการหาปลา ได้บุญทั้งคนได้บุญทั้งแมว ใคร ๆ เห็นก็ชื่นชม ประทับใจทุกทีเลยค่ะ

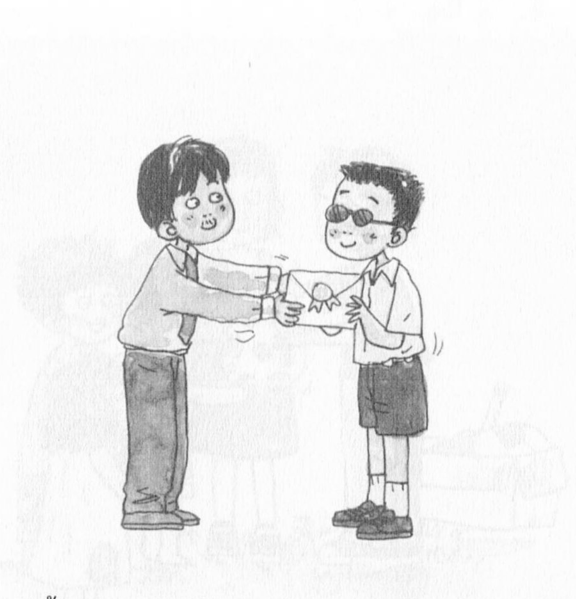
ศุพีรภรณ์ เทียนสว่าง
สมุทรปราการ



นักเล่นหุ้นใจบุญ

คุณวัลลภเป็นเพื่อนร่วมงานของผม เขาเป็นคนขยันขันแข็ง มีความเป็นตัวของตัวเอง และรับผิดชอบต่อภาระหน้าที่การงานสูง อยากเห็นผู้อื่นได้ดีโดยตลอด ไม่มีใจคิดแค้นอิจฉาริษยา แม้ว่าตัวเองจะไม่ได้ผลประโยชน์อะไรไปด้วย แต่ก็มีจุดมุ่งหมายเพื่อส่วนรวม

แม้ว่างานที่ทำอยู่จะชวนให้เป็นคนเห็นแก่ตัว คืองานนักวิเคราะห์หุ้นในตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย ซึ่งน่าจะเป็นคนโลภโมโทสัน แต่ว่าคุณวัลลภกลับหาเวลาว่าง (ซึ่งปกติก็หายากอยู่แล้ว) ทำกิจกรรมเพื่อสังคมและชุมชนของตนเองตลอด รวมทั้งการจัดกิจกรรมลานกีฬาต้านยาเสพติดที่ชุมชนหมู่บ้านเอราวัณ จังหวัดปทุมธานี ตอนแรก ๆ ก็ไม่ค่อยมีใครร่วมมือ



ตอนหลังนี้มีหลายชุมชนในเขตจังหวัดปทุมธานีเข้าร่วมด้วย ล่าสุดคุณวัลลภก็จะเป็นหัวเรี่ยวหัวแรงในการจัดแข่งขันฟุตบอลที่ชุมชน มีหลายสิบชุมชนส่งทีมฟุตบอลมาร่วมงาน และงานนี้จะไม่ให้กินเหล้าหรือสูบบุหรี่ภายในงาน เป็นการส่งเสริมสุขภาพล้วน ๆ

พื้นเพคุณวัลลภเป็นคนจังหวัดเลย เขาก็จะทอดกฐินไปจัดสร้างสิ่งที่เป็นสาธารณประโยชน์ให้กับวัดและชาวบ้านที่นั่นเสมอ ล่าสุดนี่ก็จะจัดสร้างประปาในวัด เพื่อให้คนในหมู่บ้านดังกล่าวได้ใช้ประโยชน์ร่วมด้วย

ที่สำคัญคุณวัลลภทำดีทั้งหมดนี้ไม่ได้หวังผลตอบแทนรางวัลอะไรทั้งสิ้น ขอแค่ทำแล้วทำให้คนอื่นและสังคมส่วนรวมมีความสุขก็เป็นสุขใจสำหรับคุณวัลลภแล้ว คนเช่นนี้เป็นคนเล็ก ๆ ทำงานเงียบ ๆ ไม่มีใครเห็นแต่เขาก็มีความสุขในสิ่งที่เขาทำและเขาเป็นครับ ผมอดชื่นชมเขาไม่ได้จริง ๆ

ณัฐวุฒิ รุ่งวงษ์

กรุงเทพฯ



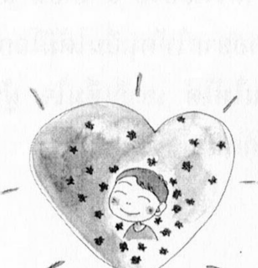
เพื่อนผู้แสนดี

ผมมีเพื่อนคนหนึ่งจบแพทย์และเป็นอาจารย์สอนนักศึกษาแพทย์ โดยเขามีอาชีพเสริมคือขายน้ำเต้าหู้และอาหารสุขภาพ (หลายคนมองเขาแปลก ๆ ที่มาขายของอย่างนี้) เพื่อนผมจะนำอาหารมาขายให้ทุกวันพุธ ผมเคยถามเล่น ๆ ว่าที่เอามาขายนี่ได้กำไรเยอะไหม (เขารับมาขายให้ที่ทำงานและคนอื่น ๆ หลายคน) ผมกลับได้รับคำตอบที่ทำให้ประหลาดใจคือ ไม่ได้กำไร (เป็นเงิน) เลย เพียงแต่อยากให้คนอื่นมีสุขภาพดี แค่ร้านค้ามาส่งให้ถึงที่ก็ถือว่าได้กำไรแล้ว

บางทีลูกค้ารับของแล้วเกิดเสีย เขาก็เป็นธุระไปเปลี่ยนให้ บางครั้งถูกลูกค้าเบี้ยวมีของเหลือ ก็นำไปแจกให้พวกลูกจ้างที่ทำงาน เพื่อนผมทำงานราชการ เงินเดือนน้อยมากครับสำหรับผู้จบแพทย์ (ประมาณ ๘,๐๐๐ กว่า) แต่เขาก็ทำงานอย่างมีความสุข เพราะเป็นคนสันโดษในวัตถุ และยังมีเหลือเผื่อแผ่คนอื่นด้วย บางทีก็ให้คำปรึกษาและรักษาโดยไม่คิดสตางค์แก่ผู้มีรายได้น้อย

เขาเล่าให้ฟังว่าที่ทำงานมีคนเก่งเยอะ บางคนเป็นศาสตราจารย์ ดอกเตอร์และดีกรีอะไรต่าง ๆ มากมาย แต่กลับทำงานไม่มีความสุข เพื่อนร่วมงานไม่ชอบเขาเลย เพื่อนผมไม่อยากเป็นเช่นนั้น จึงตั้งใจทำความดีโดยเกื้อกูลคนอื่นและพยายามให้มีความขัดแย้งน้อยที่สุด ผมประทับใจในความดีของเพื่อนคนนี้มากครับ คิดว่าถ้าคนในสังคมมีความปรารถนาดีต่อกันและช่วยเหลือเกื้อกูลกันมากกว่าที่เป็นอยู่ สังคมไทยคงน่าอยู่ขึ้นครับ

สมคเน เอี่ยมสรรพางค์
กรุงเทพฯ



อย่างนี้ก็มีในโลก

ผู้ชายคนนี้ เขาเป็นคนที่ใจดี มีเมตตาและมีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่คนอื่นมาก ไม่ว่าใครเดือดร้อน ถ้าเขารู้และพอที่จะช่วยได้ เขาก็ช่วย ถ้าตัวเขาเองช่วยไม่ได้ เขาก็พยายามหาวิธีที่จะช่วยให้ได้

มีอยู่วันหนึ่ง เขาได้ไปกินก๋วยเตี๋ยวที่ร้านแห่งหนึ่ง แม่ค้าคนหนึ่งก็มาถามเพื่อนที่ไปด้วยว่าให้ยืมเงินสัก ๕,๐๐๐ บาทได้ไหม คือว่าไม่ได้จ่ายค่าเช่า แล้วเจ้าของที่จะไม่ให้ขายแล้ว เพื่อนเขาบอกว่าไม่มี ผู้ชายคนนี้ก็เลยเดินไปกดตังค์มาให้แม่ค้าคนนี้ ๕,๐๐๐ บาท โดยที่ไม่รู้จักชื่อแม่ค้าด้วยซ้ำ



แม่ค้าบอกว่า สิ้นเดือนจะคืนให้ แต่ก็ผัดผ่อนมาเรื่อย ๆ ผู้ชายคนนี้ก็ไม่ได้ว่าอะไร จนเวลาล่วงเลยไป ๔ เดือน ถึงจะได้ครบ โดยที่ผู้ชายคนนี้ไม่ทวงเลย เขาบอกว่าอยากให้คนอื่นได้มีโอกาสได้ทำมาหากิน ถ้าโอกาสนั้นเขาสามารถหยิบยื่นให้ได้ เขาก็เต็มใจ ผู้ชายคนนี้เป็นคนที่น่ารักมาก ใคร ๆ ที่ได้รู้จักก็จะรู้สึกเหมือนดิฉันค่ะ

ศุภกาญจน์ อินทะรังษี

กรุงเทพฯ



น้ำใจของเด็ก ๗ ขวบ

เรื่องที่จะเล่านี้เป็นเรื่องของลูกของดิฉันเองค่ะ ลูกดิฉันอายุ ๗ ขวบ อยู่ชั้น ป.๑ ตอนเย็นหลังเลิกเรียนเขาจะไปเล่นกับเพื่อน ๆ ที่โรงเรียนค่ะ บ้านดิฉันอยู่ใกล้โรงเรียนของลูก มีเพื่อนของลูกคนหนึ่งเขาเป็นลูกภารโรงในโรงเรียน พ่อของเขาจะเป็นคนดุลูก และบางครั้งก็ตีลูก

วันหนึ่งลูกฉันวิ่งกระหืดกระหอบมาหาดิฉันแล้วบอกว่า “แม่ ๆ แม็คขอตังค์หน่อย ๑๐ บาท” ฉันถามลูกตามปกติว่า “จะเอาไปทำไมจ๊ะ ก็แม่ให้แม็คไปแล้วไง ๑๐ บาท แล้วแม็คจะเอาไปซื้ออะไรอีกล่ะ”

ฉันถามตามประสาความที่อยากหัดนิสัยให้ลูกเป็นคนประหยัด ไม่ใช้จ่ายฟุ่มเฟือย ลูกของดิฉันตอบว่า “แม็คจะเอาไปให้เก๋งครับ” “แล้วลูกต้องเอาไปให้เขาทำไมล่ะจ๊ะ” ฉันถามเหตุผล ลูกตอบ “เก๋งทำเงินหาย ๑๐ บาทครับ”

ฉันบอกลูก “แล้วแม็คทำเงินเขาหายหรือเปล่า หรือว่าแม็คเอาของเขาไปล่ะ” ลูกของดิฉันตอบ “เปล่าเอานะแม่ แม็คไม่ได้เอา ไม่รู้เก๋ง

ทำหายที่ไหน” ฉันอธิบายให้ลูกฟัง “ก็ในเมื่อแม็คไม่ได้เอาไป เขาทำหายเอง แม็คจะต้องเอาเงินไปให้เขาทำไมล่ะจ๊ะ ถ้าเขาทำหายอีกแม็คมิต้องมาขอแม่เพื่อเอาไปให้เขาตลอดเลยหรือจ๊ะ”

ฉันพยายามอธิบายเหตุผลให้เขาฟัง แต่แม็คก็ยืนยันจะขอให้ได้ “แม่ครับ แม็คขอตังค์เถอะ ๑๐ บาท แม็คจะเอาไปให้เก่ง” ลูกยังไม่ยอมแพ้

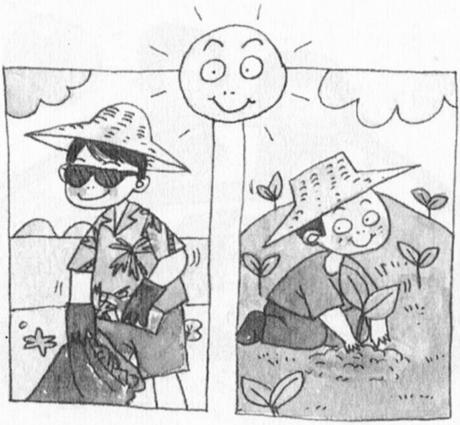
จริง ๆ ฉันก็ให้เขาได้ แต่ดิฉันอยากจะสอนลูกด้วยจึงพูดต่อ “แม็คตังค์ของเก่งหาย ไม่รู้จริงหรือเปล่า แม่ไม่รู้ แม็คอยากจะเอาไปให้เขา แม่รู้แม็คอยากช่วยเขา แต่แม่อยากให้รู้ว่าเก่งเขาควรจะรับผิดชอบก็ในเมื่อแม็คไม่ได้ทำให้ตังค์เขาหาย ต้องเอาไปให้เขาทำไม แล้วถ้าเขามาบอกแม็คว่าหายอีก แม็คก็จะเอาไปให้เขาอีกทุกครั้งไป มันไม่ถูกนะลูก”

ลูกดิฉันตอบว่า “แม็คขอแค่ครั้งสุดท้ายครับแม่ พรุ่งนี้แม่ไม่ต้องเอาตังค์ให้แม็คก็ได้ หักค่าขนมของแม็คก็ได้ แม่ แม็คสงสารเก่ง ถ้าเก่งไม่เจอตังค์ พ่อของเก่งจะตีเก่งครับ นะแม่นะ ขอตังค์แม็คหน่อยแม็คจะเอาไปให้เก่ง”

ดิฉันฟังลูกดิฉันแล้วก็ให้คิดว่า ลูกดิฉันช่างมีน้ำใจต่อเพื่อนเหลือเกิน สอบถามเลยได้ความว่าพ่อเขาจะตีหากหาตังค์ไม่เจอ ลูกดิฉันเลยเห็นเหตุการณ์ก็เลยสงสารเพื่อนเลยวิ่งมาขอแม่ตัวเอง ฉันเลยต้องควักตังค์ให้ลูกพร้อมกับเอ็นดูในความมีน้ำใจของลูกตัวเอง

ปิยวุฒิ นันทไชย

ขอนแก่น



คุ้ยขยะเพื่อเพื่อนร่วมโลก

ทุกเช้าดิฉันจะลุกขึ้นมาใส่บาตรที่สี่แยกในซอยทุกวัน วันหนึ่งขณะที่ยืนรออยู่นั้น ก็เห็นชายหนุ่มคนหนึ่งท่าทางเหมือนคนอาชีพขายแรงงาน เนื้อตัวไม่ค่อยสะอาด ก้มลงคุ้ยเขี่ยในถังขยะ ในใจนึกว่าคงจะหาเศษกระป๋อง กระดาษไปขาย ข้าง ๆ ตัวเค้าก็มีสุนัขตัวหนึ่งยืนรออยู่ แล้วชายคนนั้นก็หยิบถุงพลาสติกได้หนึ่งถุง ข้างในมีเศษอาหารที่คนเขาเหลือรับประทานทิ้งไว้ แล้วเขาก็คลี่ออกมาแล้วเอาให้สุนัขกิน แต่ตัวเขาไม่ได้กินเองเลย สักพักก็เห็นเขาเดินไปให้อาหารสุนัขตัวอื่นที่อยู่ในซอยอีก

เห็นแล้วน่าชื่นชมในน้ำใจของเขาที่ไม่รังเกียจที่จะลงไปคุ้ยอาหารในถังขยะที่สกปรกเลย

เพชรรัตน์ พูลสวัสดิ์
กรุงเทพฯ



คนเก็บปลาเน่า

ที่คณะของผมจะมีสระน้ำอยู่แห่งหนึ่ง ซึ่งสระนี้จะเป็นสระที่รวมน้ำจากที่ต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นจากห้องน้ำ บ่อบำบัด แหล่งน้ำใต้ตัวอาคารเรียน ทำให้น้ำมีสีและกลิ่นที่แรงน่าดู แต่เนื่องจากทำเลข้าง ๆ สระน้ำนั้น ร่มรื่นและอากาศเย็นสบาย ทางคณะจึงจัดโต๊ะม้าหินอ่อนมาให้นักศึกษาได้นั่งทำงานและอ่านหนังสือกัน ๑๐ กว่าชุด ที่แห่งนี้จึงคับคั่งตลอดช่วงกลางวันจนเย็น แต่ภายหลังมาปรากฏว่าน้ำเน่ามากและทำให้ปลาที่อยู่ในสระนั้นทยอยกันตายวันละ ๘-๑๐ ตัว ส่งกลิ่นตลบอบอวลไปทั่วบริเวณ ทำให้บรรดาคนที่เคยไปนั่งที่บริเวณนั้น ต่างก็ต้องโยกย้ายไปหาทำเลใหม่แทน แต่ก็มีบ้างบางคนที่ต้องทนสูดกลิ่นปลาเน่าต่อไป เพราะไม่มีที่อื่นที่จะไป แล้วคุณลองคิดดู ปลาตายทุกวัน แต่ไม่เคยมีใครเก็บ ผมเคยไปถามแม่บ้านว่าทำไมไม่มีใครเก็บไปทิ้ง เขาตอบว่า “อ๋อ ปล่อยไว้งั้นแหละเดี๋ยวก็หายเหม็นเองแหละ”

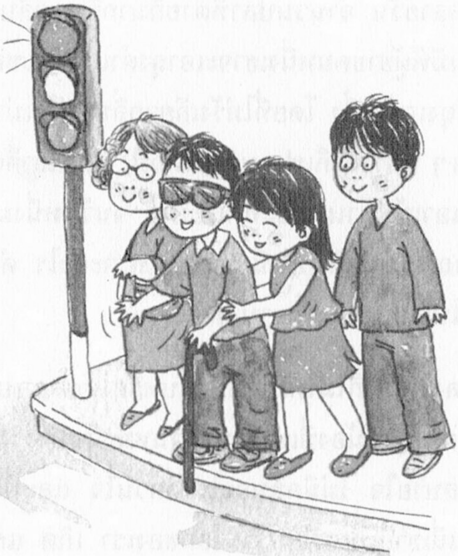
ผ่านไปหลายวัน จำนวนปลาที่ตายก็มากขึ้น กลิ่นก็แรงขึ้น จนมาวันหนึ่ง ผมเห็นมีพี่ผู้ชายคนหนึ่งเขาจะเอาถุงดำและกระชอนใหญ่ๆ มาตักปลาที่เน่านั้นใส่ถุงเอาไปทิ้ง โดยที่ไม่รังเกียจกลิ่นเหม็นเน่า และสภาพของตัวปลาเลย ทั้งๆ ที่บางตัวก็เฟะจนดูไม่ได้ก็มี แต่พี่เขาก็ตักทุกวัน และก็เอาไปฝังบ้าง เอาเข้าเตาเผาขยะที่คณะบ้าง จนวันหนึ่งผมมีโอกาสได้คุยกับพี่เค้า ก็เลยถามเขาว่าที่พี่ทำเนี่ยพี่ทำไปเพราะอะไร คำตอบที่ผมได้รับมันทำให้ผมอึ้งไปเลย เพราะพี่เขาบอกว่า

"ที่พี่ทำลงไปนี่ ก็ไม่ได้มีใครบังคับหรือได้ผลตอบแทนอะไรหรอก เพียงแต่ว่า พี่อยากให้น้องที่เขามานั่งอ่านหนังสือบ้าง มานั่งทำงานบ้าง ได้ทำงานอย่างสบายใจ ไม่มีกลิ่นอะไรมากวนใจ และพี่ก็คิดว่าปลาที่เขาตายไปทุกๆ วันนี่เขาก็เป็นเพื่อนร่วมโลกของเรา เกิด แก่ เจ็บ ตาย ไม่ต่างกัน เราลองมาคิดเปรียบเทียบดูสิ ขนาดคนบางคนที่ไม่ใคร่จะทำประโยชน์ให้กับสังคมเลย หรือคนบางคนอาจจะทำแต่ความเดือดร้อนให้แก่คนในสังคมเป็นประจำ เวลาเขาตายลงไป สรีระร่างกายของเขายังมีคนอุตส่าห์จัดฌาปนกิจให้ ไม่มีใครทิ้งไว้ให้เน่าเหม็นฟอนเฟะหรอก แล้วนี่นับประสาอะไรกับปลาที่ไม่เคยมีพิษสงอะไรกับใคร และไม่เคยที่จะไปทำร้ายใคร มีแต่ที่จะอุทิศเลือดเนื้อเป็นอาหารให้แก่มนุษย์ แล้วนี่เราจะช่วยเก็บซากศพของเขาหน่อยไม่ได้เชียวหรือ"

พี่เขาพูดได้ทำให้เราได้คิดอะไรหลายๆ อย่างเลยนะครับ

พีระพงษ์ คำพรหม

นครพนม



คนดีกลางถนน

ทุกวันตอนเช้าผมจะไปขึ้นรถที่สี่แยกเทพารักษ์ วันหนึ่งขณะที่กำลังรอรถอยู่ตามปกติ ก็มีท่อนไม้หน้าสามที่แอ่นตรงกลาง ยาวประมาณ ๒ เมตร วางพิงเสาไฟฟ้าที่ตั้งอยู่บนเกาะกลางถนนหล่นลงมาพาดไปบนถนนศรีนครินทร์ เมื่อรถวิ่งผ่านก็จะทับท่อนไม้ให้ดีดกระเด็นไปมา ซึ่งอาจเกิดอันตรายได้ถ้ารถที่ขับมาไม่ระวัง และยิ่งถ้าเป็นรถมอเตอร์ไซค์ก็จะยิ่งอันตรายใหญ่ ผมมองไปรอบ ๆ ก็พบว่าบางคนก็ไม่สนใจ แต่บางคนก็กำลังมองไปที่ท่อนไม้ท่อนนั้นอยู่ อาจจะคิดเหมือนผมคือ จะเดินไปช่วยเก็บท่อนไม้ออกไปไว้บนเกาะกลางถนนดีไหม

แต่แล้วผมก็เห็นผู้หญิงตัวเล็ก ๆ คนหนึ่ง แต่งชุดเป็นพนักงานออฟฟิศ เธอกำลังข้ามถนนมาหยุดอยู่บริเวณนั้นพอดี เธอคงมองเห็นท่อนไม้ท่อนนั้น และเมื่อได้จังหวะเธอก็รีบวิ่งลงมายกท่อนไม้ที่บริเวณปลายท่อนข้างหนึ่งขึ้นแล้วพยายามลากไปไว้บนเกาะกลางถนน เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดอันตรายแก่รถที่ผ่านมา แล้วก็ลากไปไว้บนเกาะกลางถนน ผมจึงรู้สึกว่า ผู้หญิงคนนั้นเป็นคนดี เป็นคนที่ยอมเสียสละแม้ว่าจะเป็นผู้หญิงตัวเล็ก ๆ แต่งชุดพนักงานออฟฟิศ ซึ่งไม่สะดวกเลยที่จะไปยก หรือลากท่อนไม้นั้นขึ้นมาไว้บนเกาะกลางถนน แต่เธอก็ตัดสินใจทำโดยที่ไม่ได้ลังเลเลย

สังคมนี้ยังคงมีคนดีอยู่เสมอ ถ้าเราลองมองดูรอบ ๆ ตัวเราครับ

เวชยันต์ เงินศรีสุข

สมุทรปราการ



เอกสารประกอบการเรียบเรียง

๑. ติช นัทฮันห์, ส.ศิวรักษ์ เรียบเรียง, *พิธีกรรมสำหรับพุทธศาสนิกร่วมสมัย*, ส่องศยาม จัดพิมพ์, พิมพ์ครั้งแรก, มีนาคม ๒๕๓๖

๒. ปัญญานันทภิกขุ, *สังฆทาน*, ช่อระกา จัดพิมพ์

๓. พระครูอรุณธรรมรังษี (เอี่ยม สิริวณฺโณ), *มนต์พิธีแปล*, โรงพิมพ์อักษรสมัย

๔. พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์*, มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จัดพิมพ์, พิมพ์ครั้งที่ ๘, มกราคม ๒๕๓๘

๕. พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต), *กรณีธรรมกาย* (ฉบับขยาย-เพิ่มเติม), สำนักพิมพ์มูลนิธิพุทธธรรม จัดพิมพ์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๙, เมษายน ๒๕๔๒

๖. พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต), *ก้าวไปในบุญ*, บริษัท สหธรรมิก จำกัด, พิมพ์ครั้งที่ ๒, มีนาคม ๒๕๔๒

๗. พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต), บรูส อีแวนส์ แปลเป็นภาษาอังกฤษ, *ธรรมนูญชีวิต* (ฉบับปรับปรุง-เพิ่มเติมใหม่), กรมการศาสนา กระทรวงศึกษาธิการจัดพิมพ์, พิมพ์ครั้งที่ ๑, พฤศจิกายน ๒๕๔๐

๘. พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต), *พุทธธรรม*, มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จัดพิมพ์, พิมพ์ครั้งที่ ๘, พฤษภาคม ๒๕๔๒

๙. พระเอื้อน ปคุณธมฺโม, *หนังสือทำวัตรสวดมนต์*, วัดหนองยาง นครราชสีมา ศูนย์วิปัสสนาเคลื่อนที่แห่งประเทศไทย, วัดสุวรรณประสิทธิ์ จัดพิมพ์, พิมพ์ครั้งแรก

๑๐. พุทธทาสภิกขุ, *ทำบุญสามแบบ*, สุขภาพใจ จัดพิมพ์, พิมพ์ครั้งที่ ๔, มีนาคม ๒๕๓๙

บุคคลหรือองค์กรใดสนใจจัดพิมพ์เผยแพร่หนังสือ "ฉลาดทำบุญ" เพื่อแจกจ่ายแก่วัด ห้องสมุด โรงเรียน เด็กและเยาวชน หรือในงานสาธารณกุศลอื่น ๆ ผู้จัดพิมพ์ยินดีดำเนินการจัดพิมพ์ให้ในราคาทุนหรือกรณีสั่งซื้อจำนวนมาก ในเทศกาลงานบุญพิธีต่าง ๆ ตั้งแต่ ๑๐๐ เล่มขึ้นไปลด ๓๐% ๒๐๐ เล่มขึ้นไป ลด ๓๕% โปรดติดต่อเครือข่ายพุทธิกา โทรศัพท์ ๐-๒๘๘๒-๕๐๔๓, ๐๘๖-๓๐๐๕๔๕๘, ๐๘๐-๔๕๐๘๘๙๐, ๐๘๑-๖๕๘๗๒๔๑ โดยโอนเงินเข้าบัญชีสะสมทรัพย์ ธนาคารกรุงศรีอยุธยา สาขาอรุณอมรินทร์ ชื่อบัญชี **"เครือข่ายชาวพุทธเพื่อพระพุทธศาสนาและสังคมไทย"** เลขที่บัญชี ๑๕๗-๑-๑๗๐๗๔-๓

เครือข่ายพุทธิกา
เพื่อพระพุทธศาสนาและสังคมไทย

ปัญหาพระประพฤติผิดพระธรรมวินัย ซึ่งเกิดขึ้นซ้ำแล้วซ้ำเล่า โดยที่คณะสงฆ์ไม่สามารถแก้ไขให้ลุล่วงไปได้ด้วยดี เป็นอาการบ่งชี้ถึงวิกฤตการณ์ที่กำลังเกิดกับพุทธศาสนาของไทย ทั้งนี้เพราะปัญหาดังกล่าวมิได้เป็นผลมาจากความไร้ประสิทธิภาพในการปกครองคณะสงฆ์เท่านั้น หากยังเกิดขึ้นจากเหตุปัจจัยอื่น ๆ อีก อาทิ ความตกต่ำทางการศึกษาของคณะสงฆ์ ความเข้าใจในหมู่ประชาชนที่ผิดพลาดคลาดเคลื่อนจากหลักธรรมในพุทธศาสนา ความสัมพันธ์ที่ไม่สมดุลระหว่าง พระสงฆ์ รัฐ กับประชาชน จนไม่สามารถทำหน้าที่ที่พึงมีต่อกันได้อย่างถูกต้อง ทั้งหมดนี้ล้วนนำพระศาสนาเข้าสู่ภาวะวิกฤต อันจำเป็นต้องมีการแก้ไขอย่างเร่งด่วน

การรักษาพระศาสนาให้ยั่งยืนนั้น มิใช่เป็นหน้าที่ของคนใดคนหนึ่งหรือบุคคลกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งเท่านั้น ทั้งมิใช่เป็นความรับผิดชอบที่จำกัดอยู่กับพระสงฆ์หรือรัฐบาลเท่านั้น หากเป็นหน้าที่ของชาวพุทธทุกคน และเป็นความรับผิดชอบที่พระพุทธองค์ทรงมอบหมายให้แก่พุทธบริษัททั้งหลาย ดังนั้นเมื่อถึงคราวที่พุทธศาสนาประสบภาวะวิกฤต จึงควรที่ชาวพุทธทุกคนจะร่วมมือกันอย่างเต็มกำลังความสามารถเพื่อฟื้นฟูพุทธศาสนาให้เจริญงอกงามและกลับมามีความหมายต่อสังคมไทย รวมทั้งยังประโยชน์แก่สังคมโลก

ด้วยเหตุนี้ *"เครือข่ายพุทธิกา"* จึงเกิดขึ้น เพื่อเป็นจุดเริ่มต้นของการมีองค์กรประสานงานในภาคประชาชน สำหรับการเคลื่อนไหวผลักดันให้มีการฟื้นฟูพุทธศาสนาอย่างจริงจังและต่อเนื่อง งานในระยะแรกของ

เครือข่ายดังกล่าวก็คือ การส่งเสริมให้มีการอภิปรายแลกเปลี่ยนความเห็นกันในเรื่องนี้ตามจังหวัดต่าง ๆ ทั่วประเทศ อันจะนำไปสู่การรวมกลุ่มกันในระดับท้องถิ่น เพื่อขยายสำนึกในความเป็นพุทธบริษัทให้แพร่ขยายต่อไป และเพื่อร่วมกันคิดค้นแนวทางการฟื้นฟูพุทธศาสนาในด้านต่าง ๆ เมื่อกลุ่มท้องถิ่นดังกล่าวมีจำนวนมากพอและเกิดขึ้นทั่วประเทศ งานระยะต่อไปของเครือข่ายดังกล่าวก็คือ การประสานกลุ่มเหล่านี้เพื่อร่วมกันจัดตั้งสภาชาวพุทธสำหรับเป็นองค์กรประสานงานระดับประเทศ โดยมีภารกิจหลักคือ ร่วมกับรัฐและคณะสงฆ์ดำเนินการฟื้นฟูพุทธศาสนาและจัดการปฏิรูประบบต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง

องค์กรที่รวมกันเป็นเครือข่ายดังกล่าวในขั้นนี้ประกอบด้วย มูลนิธิโกมลคีมทอง มูลนิธิพุทธธรรม มูลนิธิเด็ก มูลนิธิสุขภาพไทย มูลนิธิสายใยแผ่นดิน มูลนิธิสานแสงอรุณ เสมสิกขาลัย มูลนิธิเมตตาธรรมรักษ์ ท่านสามารถร่วมกับเครือข่ายในการฟื้นฟูพุทธศาสนาด้วยการรวมกลุ่มในท้องถิ่นของท่านเอง เพื่อจัดทำกิจกรรมต่าง ๆ อาทิ การอภิปราย สัมมนา เปิดเวทีสาธารณะ โดยเครือข่ายฯ ยินดีให้ความสนับสนุนตามกำลัง นอกจากนั้นเรายังยินดีรับฟังข้อเสนอแนะจากท่าน ตลอดจนข่าวคราวความเคลื่อนไหวในท้องที่ของท่านด้วย

สถานที่ติดต่อของเครือข่ายพุทธิกา
๔๕/๔ ซอยอรุณอมรินทร์ ๓๙ (เหล่าลดา) ถนนอรุณอมรินทร์
แขวงอรุณอมรินทร์ เขตบางกอกน้อย กรุงเทพฯ ๑๐๗๐๐
โทรศัพท์ ๐-๒๘๘๒-๕๐๔๓, ๐๘๖-๓๐๐๕๔๕๘,
๐๘๐-๔๕๐๘๘๙๐, ๐๘๑-๖๕๘๗๒๔๑ โทรสาร ๐-๒๘๘๒-๕๐๔๓
อีเมล์ b_netmail@yahoo.com • http://www.budnet.org

การฟื้นฟูพุทธศาสนา ประชาชนต้องมีส่วนร่วม

การทำบุญจะก่อให้เกิดผลเป็น **"บุญ"**
ได้จริงมากน้อยเพียงใด
ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบหลายประการ
ตั้งแต่ความเข้าใจที่ถูกต้อง การตั้งจิต
การเตรียมตัว วิธีการทำบุญ ผู้รับบุญ ฯลฯ
หนังสือเล่มนี้จะให้คำตอบทั้งความรู้
ความเข้าใจที่ถูกต้องในเรื่องของบุญ
และวิธีการทำบุญในแบบและโอกาสต่าง ๆ
อันจะนำไปสู่ **"ความสำเร็จในบุญ"**
ที่ผู้ทำปรารถนา

จัดทำโดย เครือข่ายพุทธิกา
มูลนิธิโกมลคีมทอง มูลนิธิพุทธธรรม มูลนิธิเด็ก มูลนิธิสุขภาพไทย
มูลนิธิสายใยแผ่นดิน มูลนิธิสานแสงอรุณ เสมสิกขาลัย
มูลนิธิเมตตาธรรมรักษ์

ISBN 974-91189-1-X
9789749118917
ราคา ๖๐ บาท

ฉลาดทำบุญ
รวมเรื่องน่ารู้ คู่มือทำบุญให้ถูกวิธี